UNIVERSIDADE DE RIBEIRÃO PRETO - UNAERP

CURSO DE JORNALISMO

LORENA LUCIANO VIEIRA

RELATÓRIO DO PRODUTO MIDIÁTICO CANAL DO YOUTUBE: ESTAR-TE

RIBEIRÃO PRETO - SP

NOVEMBRO/2019

LORENA LUCIANO VIEIRA

RELATÓRIO DO PRODUTO MIDIÁTICO CANAL DO YOUTUBE: ESTAR-TE

Relatório do Produto Midiático apresentado à Universidade de Ribeirão Preto – UNAERP, como requisito final do Trabalho de Conclusão de Curso para obtenção do título de Jornalista.

Orientadora: Profª. Me. Flávia Cortese Martelli

RIBEIRÃO PRETO - SP

NOVEMBRO/2019

Ficha catalográfica preparada pelo Centro de
Processamento Técnico da Biblioteca Central da UNAERP

- Universidade de Ribeirão Preto -

Vieira Lorena Luciano, 1996 -
V658e Estar-te / Lorena Luciano Vieira. – Ribeirão Preto, 2019.
73 f.

Orientadora: Profª. Me. Flávia Cortese Martelli.

Monografia (graduação) - Universidade de Ribeirão Preto, UNAERP, Jornalismo. Ribeirão Preto, 2019.

1. Arteterapia. 2. Arte. 3. Terapia. I. Título.

CDD 070

AGRADECIMENTOS

Agradeço primeiramente a meus pais, que me deram a oportunidade de fazer essa graduação e todo apoio possível na realização desse trabalho.

A minha orientadora, muito obrigada pela confiança e competência no auxílio prestado em todo o processo do projeto.

Agradeço também a meu irmão, que me acompanhou em um dia de gravação e me deu muito apoio e suporte.

À minha amiga Thayna Pereira, que criou a logo marca do projeto, me acompanhou em um dia de gravação, me forneceu alguns equipamentos e, principalmente, me deu auxílio emocional, muitíssimo obrigada.

Por fim, agradeço a entidade UNAERP e seus professores e funcionários pelos maravilhosos quatro de faculdade anos.

RESUMO

Fazer terapia é um dos meios mais eficientes na intenção de melhoria de vida, segundo a associação Americana de Psiquiatria. É uma ajuda profissional na resolução de problemas particulares como aprender a lidar com situações que podem deixar – e geralmente deixam – marcas profundas que afetam nas relações humanas (seja pessoal ou profissional). É aprender a lidar com as emoções e saber organizá-las na expectativa de uma vida mentalmente saudável. Mas dentro dessa prática estão inúmeras vertentes e uma delas é a Arteterapia, o foco dessa dissertação. Como o próprio nome já revela, ela se dá através da arte com sessões de terapia guiadas por um psicólogo. Com música, pintura, dança, teatro e qualquer outra expressão artística, ela é capaz de estimular aspectos positivos de personalidade tornando-a um trabalho com potencial curativo. A prática melhora a autoconfiança, logo as relações com o mundo, com os outro e com o próprio eu. O presente trabalho busca compreender como a combinação da arte mais a terapia promove mudanças internas e a superação de problemas; uma válvula de escape de grande importância no momento atual das "gerações das doenças psicológicas". O produto final da pesquisa foi por meio de vídeos documentais com duas profissionais da área que relataram suas experiências no meio, além de falarem sobre o tema e seus benefícios, tudo exposto no site do YouTube em um projeto, além de informativo, artístico.

Palavras-chave: Arte terapia, Arte, Terapia

ABSTRACT

Doing therapy is one of the most effective ways to improve life, according to the American Psychiatric Association. It is a professional aid in solving particular problems, such as learning to deal with situations that can leave - and often remain - deep marks that affect human relationships (whether personal or professional). It is learning to deal with emotions and knowing how to organize the expectations of a mentally healthy life. But within this practice are several strands and one of them is Art Therapy, or the focus of this dissertation. As its name implies, it provides art with therapy sessions guided by a psychologist. With music, painting, dance, theater and any other artistic expression, she is able to stimulate the positive aspects of personality, a work with healing potential. Practice improves self-confidence, logo as relationships with the world, with others, and with self. The present work seeks to understand how the combination of art and therapy promotes internal changes and overcoming problems; a major escape valve at the moment of the "crisis of psychological illness". The final product of the research was through documentary videos with two professionals who related their experiences in the environment, as well as talking about the theme and its benefits, all exposed to no YouTube site in a project, besides informative, artistic.

Keywords: Art therapy, Art, Therapy

SUMÁRIO

INTRODUÇÃO **6**
CAPÍTULO 1 – CANAL DO YOUTUBE, UMA FERRAMENTA DIGITAL **8**
CAPÍTULO 2 – ARTETERAPIA **12**
2.1. A história da arterapia 14
2.2. As facetas da arteterapia 15
CAPÍTULO 3 – RELATO DE PRODUÇÃO **19**
3.1. Concepção do projeto 20
3.2. Identidade visual 21
3.3. Captação, depoimentos e edição 21
3.4. Dificuldades e aprendizado 22
3.5. Roteiros dos vídeos 23
CONSIDERAÇÕES FINAIS **31**
REFERÊNCIAS **33**
ANEXOS **35**
APÊNDICES **39**

INTRODUÇÃO

Segundo a Organização Mundial da Saúde (OMS), 2016, a geração *millennials*[1] nos Estados Unidos da América é a com maior número de doenças psicológicas. São jovens de 15 a 26 anos atingidos pelo suicídio, a segunda principal causa de morte no país. A Organização ainda contabiliza um aumento de 7% da taxa a cada 100 mil habitantes no Brasil, comparados a pesquisa realizada em 2010. Para combater a depressão – geralmente, o que leva ao suicídio –, fazer terapia é uma das melhores saídas, se não a principal e mais eficaz (MAYBER, Helen apud VIEIRA, Vand 2019). Dentro dela, existem métodos alternativos como a arteterapia: a combinação da arte mais a terapia por meio de expressões artísticas.

A arte no meio terapêutico promove mudanças internas e a superação de problemas, além da possibilidade de organização emocional, espiritual, intelectual e da personalidade. É capaz de estimular a expressão, criatividade, espontaneidade e comunicação do indivíduo tornando-a um trabalho que tem potencial curativo. Essa prática melhora aspectos da autoestima, confiança, identidade, emoções, modo de vida, relações humanas e até a capacidade de realizar atividades diárias, o que pode se tornar uma dificuldade para pessoas com depressão ou ansiedade (MONTEIRO, 2007, apud PORTAL EDUCAÇÃO, 2019).

A arte, mais considerada como um *hobbie* pela sociedade, é uma das práticas mais capacitadas no apoio aos tratamentos psicológicos, podendo ser através da música, dança, pintura, escultura, teatro, colagem e qualquer outra expressão artística. Por ser uma atividade sem regras e possível de ser realizada de várias formas, atinge todo e qualquer indivíduo, de todas as idades, (HISTÓRIA DA ARTE).

O Programa Arte Curadora (*Healing Arts Program*) do Sistema de Saúde Montefiore do *Albert Einstein College of Medicine* (EUA), segundo reportagem do portal US News (2015), é um projeto que mostra a arteterapia como uma ferramenta poderosa na recuperação do paciente, no qual aborda que o envolvimento com as artes criativas em pessoas que enfrentam problemas de saúde – não só psicológicos –, é uma prática de cura muito poderosa (SETOR SAÚDE, 2015).

Este trabalho teve como objetivo central, identificar de que forma a arte pode transformar a vida do ser humano e auxiliá-lo em terapias de apoio psicológico. Para tanto, o estudo buscou, por meio de bases teóricas, construir um canal no Youtube trazendo depoimentos reais com duas especialistas da área acerca do tema do estudo. Para

[1] Geração de pessoas nascidas entre os anos 1980 e 2000.

contextualizar sobre a prática e sanar dúvidas a respeito do tema, na primeira fase do estudo foram realizadas pesquisas por meio do método de levantamento bibliográfico que, de acordo com Duarte e Barros (2005, p. 51), é o planejamento de um trabalho de pesquisa conforme o assunto através de livros e artigos científicos "de forma a evidenciar o entendimento do pensamento dos autores, acrescido de suas próprias ideias e opiniões". Também nesta etapa, buscou-se contextualizar em livros e artigos, sobre o YouTube para entender o que é esse produto midiático e como utilizá-lo da melhor forma através de pesquisas em artigos e sites sobre o assunto.

Na segunda fase do trabalho foi utilizado o método de entrevistas em profundidade no qual consiste em "recolher respostas a partir da experiência subjetiva de uma fonte, selecionada por deter informações que se deseja conhecer". Assim, a partir das respostas o pesquisador reconstrói com seu ponto de vista um diálogo crítico a partir da realidade (DUARTE; BARROS, 2005, p. 62).

Nesta fase, as entrevistas foram realizadas com duas profissionais da área, Melina Del Arco e Luzia Lovato, arteterapeutas, a fim de entender melhor essa abordagem e suas características. As perguntas foram do tipo semiestruturada – "modelo de entrevista que tem origem em uma matriz, um roteiro de questões-guia que dão cobertura ao interesse de pesquisa" – para nortear os depoimentos e dar maior liberdade aos relatos. Desta forma, os entrevistados se sentem à vontade para falar sobre o assunto dando seus relatos profissionais e pessoais, (DUARTE; BARROS, 2005, p. 66).

A última etapa, foi decupar os depoimentos e escolher os melhores trechos para a montagem dos quatro vídeos – com, em média, cinco minutos cada um –, planejando formatos e adequando-os ao meio. Finalizando o trabalho, foi realizada a veiculação dos mesmos em um canal criado especialmente para o projeto final de TCC, um produto midiático de canal no YouTube com o nome de: Estar-te. Assim, espera-se com este trabalho contribuir trazendo mais informações sobre a temática e desmitificando que a arte seria apenas um hobby e que ela pode ser um apoio importante e significativo em tratamentos psicológicos.

CAPÍTULO 1 – CANAL DO YOUTUBE, UMA FERRAMENTA DIGITAL

O site do YouTube foi criado em 2005 por três jovens empreendedores americanos que tinham o objetivo de atender uma demanda reprimida na internet: a população de massa, que até então consumia entretenimento, em sua maioria, por meio da TV. Pela internet também, mas apenas conteúdos profissionais no site próprio da empresa – os que tinham disponíveis (QUEIROZ, 2015).

> Lançado em junho de 2005, o YouTube é hoje o segundo endereço na *web* mais acessado no Brasil, e é uma rede social que se destaca por ser um espaço de compartilhamento e co-criação de vídeos (BURGESS, GREEN, 2009), que engloba desde conteúdos considerados amadores – com destaque para a cultura de *vloggers*2, também chamados de *youtubers* –, até conteúdos de grandes produtores de conteúdo e/ou entretenimento, como canais de televisão e gravadoras. [...] essa é uma plataforma com recursos de rede social, (CORUJA, 2017, p. 84)

A população não tinha como opinar em quais tipos de conteúdos eles gostariam de acessar por conta da comunicação ser muito distante, quase inexistente, na época. Mas com o surgimento dessa plataforma, possibilitou que a própria massa pudesse produzir conteúdo, de forma caseira, sem que precisasse ser uma pessoa famosa ou ter a visibilidade da mídia. Só bastava gravar um vídeo, postar no site e enviar o link para os amigos ou qualquer outra pessoa. "Conforme Burgess e Grenn (2009, apud QUEIROZ, 2015), em seu surgimento, "o YouTube apresentava-se como repositório de vídeos do usuário", sugerindo o compartilhamento de produções pessoais como principal uso".

> É entendido de vários modos: como plataforma de distribuição que pode popularizar em muito os produtos da mídia comercial, desafiando o alcance promocional que a mídia de massa está acostumada a monopolizar e, ao mesmo tempo, como uma plataforma para conteúdos criados por usuários na qual desafios à cultura comercial popular podem surgir, sejam eles serviços de notícias criados por usuários ou formas genéricas como o *vlogging* – que, por sua vez, podem ser assimiladas e exploradas pela indústria de mídia tradicional, (BURGESS; GREEN, 2009, p. 24).

O surgimento da rede de computadores e as práticas sociais que cresceram ao seu redor expandiram a capacidade do cidadão médio de expressar suas ideias, de fazê-las circular diante de um público maior e compartilhar informações, na esperança de transformar nossa sociedade (JENKINS, 2009). A plataforma que tinha como finalidade ser de armazenamento pessoal direcionada ao compartilhamento de conteúdo comum e amador – tanto que a maioria dos artistas descobertos através do site postavam os vídeos para enviá-los aos familiares que moravam longe –, hoje ela é considerada uma ferramenta de expressão (QUEIROZ, 2015).

> Atualmente, o slogan do site é "*broadcast yourself*", ou seja, como "transmita-se", demonstrando a mudança de uma plataforma de armazenamento para uma ferramenta de expressão pessoal. Mesmo tendo uma proposta de ser uma ferramenta voltada ao usuário comum, na atualidade, a plataforma compreende diversos tipos de participantes, ou seja, usuários que fazem usos distintos da ferramenta. Isso, é claro, acontece pela visibilidade e facilidade de acesso. Deste modo, o YouTube passou a ser utilizado para praticamente todo tipo de divulgação, quais sejam: marketing comercial, marketing pessoal, propagandas políticas, programas de televisão etc, (QUEIROZ, 2015, p. 2).

O YouTube se destacou pela funcionalidade, praticidade, e outros quatro recursos da plataforma, segundo Jawed Karim, terceiro cofundador: recomendações de vídeos por meio da lista de "Vídeos Relacionados", um link de e-mail que permite o compartilhamento de vídeos, comentários (e outras funcionalidades inerentes às redes sociais) e um reprodutor de vídeo que pode ser incorporado (*embed*) em outras páginas da internet (apud BURGESS; GRENN, 2009). Além disso, "grande parte dessa gigantesca pesquisa computadorizada também tende a confiar no próprio sistema de classificação e de palavras-chave do YouTube, que permite aos que fazem *uploads*[2] descrever e classificar seus vídeos por conteúdo, tema e estilo" (BURGESS; GREEN, 2009, p. 25).

Sendo assim, o YouTube atraiu a atenção das grandes mídias que começaram a investir em conteúdos para a plataforma. Com isso, o site atraiu mais pessoas tanto como consumidores, quanto como produtores (o consumidor e o produtor de conteúdo podem ser a mesma pessoa), trazendo a facilidade da comunicação entre eles, no qual o consumidor opina diretamente com o produtor e vice-versa. "Os criadores de conteúdo *online* têm controle sobre o processo de produção e acesso a plataformas de distribuição de grande alcance de audiência. [...] Um cenário no qual o usuário busca não somente informação, mas interação", (BERNADAZZI; BRAGA; COSTA, 2017, p. 148).

Segundo Jean Burgess e Joshua Green (2009, p. 21), "foi a combinação da popularidade em grande escala de determinados vídeos criados por usuários e o emprego do YouTube como meio de distribuição do conteúdo das empresas de mídia que agradou ao público".

> Foi também essa combinação que posicionou o YouTube como o foco central em que disputas por direitos autorais, cultura participativa e estruturas comerciais para distribuição de vídeos on-line estão acontecendo. [...] Pela mesma lógica, o YouTube na realidade não está no negócio de vídeo – seu negócio é, mais precisamente, a disponibilização de uma plataforma conveniente e funcional para o *compartilhamento* de vídeos on-

[2] Palavra vinda do inglês cuja tradução livre é "envio", mas significa o ato de enviar arquivos para um servidor.

> line: os usuários (alguns deles parceiros de conteúdo *premium*) fornecem o conteúdo que, por sua vez, atrai novos participantes e novas audiências, (BURGESS; GREEN, 2009, p. 21)

Segundo Rafaela Bernadazzi, Maria Helena Braga e Vaz da Costa (2017), com o sucesso da plataforma, muitos y*outubers* surgiram, no qual estes estão se aperfeiçoando tecnologicamente, melhorando equipamentos, edição de vídeos e conteúdo de mídia, tornando hoje produções profissionais, antes amadoras, assim ganhando a vida dessa forma.

> São chamadas de *youtubers* pessoas que possuem canais no site YouTube, que postam produtos audiovisuais e que, a partir disso, podem acabar tendo retorno financeiro e transformando essa atividade em carreira profissional. Ou seja, esse termo foi designado a partir da prática de um fenômeno que surgiu de forma espontânea e se transformou em uma nova possibilidade no mercado audiovisual e *online*, (BERNADAZZI; BRAGA; COSTA, 2017, p. 148).

Por conta da possibilidade de qualquer pessoa produzir vídeos para a plataforma, existe todo e qualquer tipo de produtor e de conteúdo no site. "O produtor de conteúdo audiovisual é diverso, dinâmico e mutável. Variáveis como faixa etária de quem produz o conteúdo e de quem o consome e as temáticas debatidas no canal vão definindo o perfil de produção". Sendo assim, os produtores de conteúdo audiovisual não têm obrigação de ter ou de obter uma formação na área audiovisual ou em nenhuma outra área acadêmica, dando abertura para todo e qualquer cidadão se "apossar" dessa, atualmente, profissão (BERNADAZZI; BRAGA; COSTA, 2017, p. 148).

O ponto negativo é que não podemos dar 100% de credibilidade ao conteúdo do vídeo, pois talvez o produtor não tenha embasamento suficiente em um determinado assunto do qual ele opina.

> É ingenuidade considerar as palavras-chave, títulos e descrições atribuídos pelos usuários como verdadeiros, pois a utilização de *má-fé* das palavras-chave pode acabar na verdade sendo ainda mais interessante do que sua utilização apropriada, (BURGESS; GREEN, 2009, p. 26).

Segundo Alberto Dines (2007), graças ao YouTube criou-se a noção do cidadão-jornalista e cidadão-comunicador.

> O fenômeno do YouTube provoca ainda dois tipos de reflexão: uma sobre o papel do jornalista nesta nova era em que perde espaço e se torna cada vez mais impotente para moldar a apresentação dos fatos levados ao conhecimento do público (visto que o site é oferecido para qualquer usuário, sem necessitar da figura do mediador na veiculação de vídeos); outra sobre a forma como as pessoas vão lidar com esta informação em estado bruto, capaz de induzir a equívocos e destruir aspectos positivos que envolvem o meio, (QUEIROZ, 2015, p. 3).

Com possibilidade de o consumidor também ser o produtor, criou-se o que conhecemos por cultura participativa, “um termo geralmente usado para descrever a aparente ligação entre tecnologias digitais mais acessíveis, conteúdo gerado por usuários e algum tipo de alteração nas relações de poder entre os segmentos de mercado da mídia e seus consumidores”. Assim, o público participa mais das grandes mídias, pois hoje é essencial que as marcas tenham suas redes sociais e, consequentemente, atenda ao público. Muito dos conteúdos da TV aberta e fechada estão disponíveis on-line e grande parte deles utiliza o recurso para divulgação e até mesmo troca de conteúdo com o consumidor. (BURGESS; GREEN, 2009, p. 28)

> Com a oportunidade oferecida de participar das mídias de massa, o público parece ter muito prazer com sua capacidade de negar seus procedimentos operacionais normais, obrigando as redes a agir contra os próprios interesses, se desejam preservar a credibilidade desses mecanismos de participação popular, (JENKINS, 2009). De acordo com essa definição, a cultura popular se distingue da alta cultura por meio de suas condições de produção e consumo dentro do capitalismo, assim como por sua estética e identidades correspondentes, (BURGESS; GREEN, 2009, p. 30).

Cada vez mais pessoas estão rotineiramente checando e discutindo conteúdos produzidos por amadores.

> À medida que cidadãos adquirem a capacidade de causar um impacto significativo no fluxo de ideias, essas novas formas de cultura participativa mudam o modo como vemos a nós mesmos (“através de novos olhos – olhos de quem realmente pode interpor um pensamento ou uma preocupação no debate público”) e como vemos a sociedade (sujeita à transformação como resultado de nossas deliberações), (JENKINS, 2009, p. 362).

Importante contextualizar essa ferramenta para embasar o presente trabalho, que se apoiou na plataforma do YouTube para criar o canal de divulgação de informação com conteúdo sobre a arte como forma de terapia para o ser humano.

CAPÍTULO 2 – ARTETERAPIA

Segundo Rabelo, Silva e Barbosa (2017), a arteterapia é um método que utiliza vários instrumentos artísticos como mediadores de um processo terapêutico. Esse universo de possibilidades tem como finalidade utilizar expressões artísticas a fim de materializar problemas e conflitos internos do ser humano. Falar sobre as angústias não é uma tarefa tão fácil para qualquer pessoa, por isso, esse tipo de terapia pode ser um método eficaz em tratamentos.

A Associação Brasileira de Arteterapia define como "um modo de trabalhar utilizando a linguagem artística como base da comunicação cliente profissional. Sua essência é a criação estética e a elaboração artística em prol da saúde". Deste modo, à prática atualmente abrange as mais diversas linguagens: corporal, sonora, literária, plástica e dramática a partir de técnicas como a dança, dramatização, modelagem, pintura, desenho, música e poesia, além de qualquer outra expressão artística, (REIS, 2014, p. 143).

> O inconsciente materializado na plasticidade das ações e construções criativas revela quer de forma individual ou coletiva as necessidades mais profundas da pessoa, pois sabemos que a Arte pode nos levar a construir várias representações de mundo, real ou imaginário. Representações que espelham nossas emoções e sentimentos e possibilita a redescoberta de nós mesmos, (RABELO; SILVA; BARBOSA, 2017, p. 79).

Através do ato de criação e várias formas de expressão, os instrumentos artísticos têm grande relevância, porque resgatam a espontaneidade, logo proporcionando maior auto integração e expansão de consciência humana. Barreira e Martins (2017, p. 195) dissertam que "os instrumentos artísticos como recursos terapêuticos evocam o potencial criativo existente no ser humano, possibilitando ao cliente um processo que podemos considerar como auto integrador ou autorregulativo".

Sendo assim, um trabalho desenvolvido pelo cliente[3] que faz tratamento arte terapêutico, pode vir a ser uma materialização de fatos vividos por ele na realidade, possibilitando que o profissional da área traduza o desenho ou modelagem, por exemplo, e possa solucionar aquele problema, pois "a arteterapia busca uma visualização de conteúdos expressivos, onde a forma criada converte a expressão subjetiva em construção objetiva", (RABELO; SILVA; BARBOSA, 2017, p. 80).

> Quando traço uma linha sobre a folha, crio um espaço. Eu crio uma terceira dimensão dentro de uma segunda. E também uma ilusão – contanto que eu não me conscientize da dimensão real. Do mesmo modo, eu crio uma situação terapêutica, um espaço neutro, abstrato, desapegado da verdadeira

[3]Cliente: termo usado pelos profissionais da área para se referirem à paciente.

> realidade. Um artístico, estruturado e formulado espaço, todavia, um lugar real e um espaço de relacionamento, para lá experimentar a ação. Uma moldura temporal é estabelecida, material à disposição e o terapeuta em sua própria competência. Competência esta, que pode significar tanto um amplo quanto estreito espaço para a terapia. Neste fazer artístico eu me experiencio, abstraio e mergulho. Posso agir pintando, desenhando e posso eu mesmo, resolver balancear, arriscar, completar, inovar, experimentar. Neste espaço se materializa a experiência psíquica, solidifica o processo vital no impulso artístico e criativo. Neste eu desprendo o supérfluo, descubro o âmago e deixo algo crescer. No abstrato infinito da superfície me desloco no espaço real com um tão sem piedade, quanto um afetuoso olhar sobre mim mesmo. Dou forma às ideias, me aproximo, me acaricio, desprendo matéria e uno céu e terra. (TITZE, 2002, apud e tradução: BERNARDINO, 210, p. 65).

Quando o indivíduo consegue agir mentalmente transformando em ideias as imagens criadas por ele, esta elaboração se torna um fato. Justamente a proposta que esse trabalho carrega: de permitir que a ação mental do cliente possa extrair suas emoções, até então ocultas, e agora registradas em um material que venha carregar sentido empírico. Assim, “por meio de uma seriação de imagens produzidas, o cliente tem a possibilidade de perceber-se a partir da constatação na evolução de suas imagens”, (RABELO; SILVA; BARBOSA, 2017, p. 80).

A arteterapia presume que todo e qualquer indivíduo tem competência de projetar, em forma visual, seus conflitos internos, de acordo com Naumburg (1991) citado por Barreira e Martins (apud, 2017). Assim, após visualizar essa experiência, elas se tornam possíveis de serem discutidas verbalmente. Para elas, o arteterapeuta deve propor ao paciente a descobrir por si mesmo o significado de suas próprias produções.

> São utilizados como instrumentos terapêuticos técnicas de artes plásticas, seguindo princípios, técnicas, embasamento teórico e objetivos que visam ao desenvolvimento emocional do indivíduo, promovendo a ampliação das suas potencialidades criativas. O campo da arteterapia é muito amplo, pois, sob a forma de intervenção, visa desenvolver recursos físicos, cognitivos e emocionais, propiciar o desenvolvimento de habilidades e de potencialidades, favorecer a utilização de recursos internos na resolução de conflitos e estimular a livre expressão, gerando espaço para a externalização de aspectos conscientes ou não do mundo subjetivo, (ANDRADE, 2010 apud BARREIRA; MARTINS, 2017, p. 201).

Em busca de resultados de re-significação ou re-entendimento do interior humano, o trabalho terapêutico transita no universo da plasticidade narrativa ou de imagem, no qual desvenda as diferentes conotações e significados analisados no que se constrói em matéria.

> Entender a arte como tentativa dos seres humanos de representar suas experiências Performáticas, como as encontradas em movimento como os da dança, na poesia, em narração de histórias, nas composições musicais, nas peças teatrais ou naquela medida por instrumentos, como tinta, argila, sucatas etc., é determinar que o fazer arte para artererapia resulta,

> simultaneamente, em uma prática que vincula áreas distintas de construção de conhecimento e, consequentemente, de desenvolvimento pessoal. (URRUTIGARY, 2011, p. 83 apud RABELO; SILVA; BARBOSA, 2017, p. 82).

2.1. A história da arterapia

Há séculos a arte é utilizada com fins terapêuticos, segundo Sei (2010). Johann Christian Reil, psiquiatra alemão, escreveu na literatura acadêmica sobre Arte e Saúde no século XIX, mas a estruturação do uso dos recursos da arte é mais recente.

Reil foi um contemporâneo de Pinel, que construiu no início do século XIX um protocolo terapêutico almejando a cura psiquiátrica. Este era composto de três estágios, que incluíam 1. O envolvimento do paciente em atividades realizadas ao ar livre, de trabalho físico; 2. Estímulos sensoriais a partir da utilização de objetos específicos para a proposta; 3. Estímulos relacionados ao campo intelectual, por meio de desenhos, símbolos e elementos com sentidos no campo cognitivo e no campo afetivo. Por meio destes estágios buscava-se que o interesse do indivíduo pelo mundo externo fosse despertado e que houvesse maior ligação entre este e meio que o circunda. Compreendia-se que a expressão obtida nos desenhos, sons, texto, movimentos se organizavam como uma forma de comunicação dos conteúdos internos, (CATERINA, 2005 apud SEI, 2010, p. 8)

Mas foi só na década de 1920 que a arte começou a ser evidenciada pelo seu poder de cura terapêutico, de acordo com Vasconcelos e Giglio (2007), mas só nos anos 1940, a artetarapia foi sistematizada nos Estados Unidos com o trabalho de Margareth Naumburg, influenciada na época pela abordagem freudiana, (BARREIRA; MARTINS, 2017).

Em território brasileiro, a história da arte relacionada à saúde começou mais ou menos na mesma época, por volta dos anos 1920. Ulysses Pernambucano é o primeiro nome que aparece quando falamos sobre arteterapia nacional. Ele estabeleceu relações entre Psiquiatria e Arte e inspirou Silvio Moura a escrever seu trabalho de conclusão de curso em sua formação em Medicina sobre “Manifestações artísticas nos alienados” em 1923, (SEI, 2010).

> No Brasil, a história da arteterapia nasce na primeira metade do século passado entrelaçada com a psiquiatria e influenciada tanto pela vertente psicanalítica quanto pela junguiana. Estas encontram-se representadas respectivamente nas figuras de Osório Cesar (1895-1979) e Nise da Silveira (1905-1999), psiquiatras precursores no trabalho com arte junto a pacientes em instituições de saúde mental, (REIS, 2014, p. 145).

Outro nome de destaque é Osório Cesar, que operou no Hospital Psiquiátrico Juqueri de acordo com a psicanálise e interlocução de Sigmund Freud (ANDRIOLO, 2003). Desde 1927 há relatos “de bordados e outros tipos de artesanato nos pavilhões e colônias do hospital,

além de haver a possibilidade de realizar pintura com aquarela, modelagem em barro, dentre outras que necessitavam de ambiente, material e técnica", (SEI, 2010, p. 9)

Em 1943 criou-se a Oficina de Pintura e em 1949 a Escola Livre de Artes Plásticas (FERRAZ, 1998). Nesse meio tempo, surge um dos maiores nomes nacionais sobre o assunto, Nise da Silveira, que tinha sua abordagem baseada na Psicologia Analítica com linguagens de Carl G. Jung, e em 1946, fundou a Seção de Terapêutica Ocupacional no Centro Psiquiátrico Engenho de Dentro.

> A Arteterapia teve seu início com a atuação de Margarida Carvalho, cuja formação no campo se deu a partir de um curso de extensão em Arteterapia com Hanna Kwiatkowska na PUC-SP, em 1964. Seguiu seus estudos de forma independente, com atuação posterior na área. Pode-se também citar Ângela Philippini, que recebeu influência de Nise da Silveira e participou de grupo de estudos com arteterapeutas americanos e Selma Ciornai, com formação a partir de cursos de extensão no país e mestrado em Arteterapia nos Estados Unidos, (SEI, 2010, p. 10).

Ainda de acordo com Sei (2010), a Associação de Arteterapia do Estado de São Paulo (AATESP) e a União Brasileira de Associações de Arteterapia (UBAAT), fundadas em 2003 e 2006 respectivamente, foram grandes marcos na área da arteterapia no Brasil. Essas escolas estabeleceram normas mínimas para os cursos de especialização da área. "Assim, de forma geral, a formação em Arteterapia no Brasil ocorre principalmente através de cursos de Especialização em Arteterapia", (SEI, p. 10).

2.2. As facetas da arteterapia

De acordo com Barreira e Martins (2017), considera-se que a arterapia tem suas próprias características. Segundo Andrade (2010 apud BARREIRA; MARTINS, 2017), citado pelas autoras a cima, existem técnicas e conceitos diferentes através de duas modalidades: a "arte como terapia" com foco principal no processo artístico e seus atributos curativos, e "arte psicoterapia", na qual os fazeres artísticos são usados durante o processo, principalmente na comunicação entre psicoterapeuta e cliente.

> Na *Arte como terapia* ("Art as therapy", Kramer, 1971 e 1977) o foco do trabalho está no potencial terapêutico da arte, ou seja, neste a Arte tem papel prioritário e a terapia é conseqüência desta; já na *Artepsicoterapia* ("Art psychotherapy") ou *Arte em terapia* ("Arts in therapy", Naumburg, 1987), o processo psicoterápico se dá a partir do auxílio dos recursos artísticos, contudo requer-se a priori a compreensão de conceitos e manejos clínicos, (BERNARDINO, 2010, p. 59).

A arteterapia psicanalítica, uma das abordagens da prática, se dá através das imagens criadas pelo indivíduo a partir de seus conflitos atuais, sonhos, memórias de quando criança, fantasias e afins. Isso é traduzido por meio da arte que, nesse contexto, é como um canal que facilita a comunicação, verbalizando esses problemas, podendo discuti-los e, logo, resolvidos juntamente a um profissional da área, (ANDRADE, 2003 apud REIS, 2014).

Para que o ser humano possa responsabilizar-se por sua existência e decisões a fim de criar contatos satisfatórios de qualidade, conscientizar-se é o caminho mais importante nesse processo, segundo Barreira e Martins (2017). Dentre isso, uma das abordagens da arteterapia é a Gestalt-terapia surgida de "várias escolas filosóficas e teóricas trazendo a concepção da existência humana segundo a relação campo organismo - meio, na qual o ser humano é concebido sempre no contexto e ...está inserido e nas relações que ele estabelece", (BARREIRA; MARTINS, 2017, p. 195)

A abordagem gestáltica foi elaborada por Janie Rhyne a partir do livro *The Gestalt Art Experience* de 1973, que foi publicado no Brasil como *Arte e Gestalt: Padrões que Convergem*. "Sendo a Psicologia da Gestalt originalmente uma teoria da percepção, esse é um conceito central na arteterapia gestáltica, na qual a vivência artística tem como finalidade ampliar a percepção do sujeito sobre si mesmo", (RHYNE, 2000 apud REIS, 2014, p. 154).

Advindo de um processo de *awareness* (palavra-chave da terapia gestáltica), a prática tem como finalidade fazer o indivíduo se perceber no presente por meio de um ganho de consciência. É o eu pessoal interno criando formas artísticas, se envolvendo com elas, as observando e se percebendo no presente, além da possibilidade de encontrar caminhos que possibilitam atingir a pessoa que gostaria de ser, quase como um guia da descoberta e melhora, (RHYNE, 2000).

> Rhyne entende a atividade artística como um modo consciente de integração entre fantasia e realidade, que se encontram de maneira construtiva na obra criada. Esta constitui, então, uma ponte entre as realidades interna e externa, pela qual se expressariam mensagens enviadas pela pessoa para si própria, (RHYNE apud REIS, 2014, p. 154).

De acordo com Reis (2014), outro processo advindo dessa abordagem terapêutica é a arteterapia junguiana, desenvolvida no Brasil a partir de Jung e o trabalho com Nise da Silveira. Nessa vertente, o proposito é analisar símbolos criados pelo indivíduo a partir de seu inconsciente. Esses símbolos, carregados de significados, serão bem analisados pelo profissional juntamente com seu cliente, mas os resultados não são imediatos por conta da complexidade das figuras.

Jung (2001) diz que além das expressões pessoais, existe a coletiva, formada pelos instintos e arquétipos. Elas vêm carregadas de significados universais, encontradas regularmente em símbolos criados por pessoas sem ligação direta umas com as outras. Nesse caso, são desenhos semelhantes ligados ao inconsciente humano em geral, como, por exemplo, as mandalas.

> Acerca da origem dessas imagens do inconsciente, que encontram uma via de expressão no fazer artístico em arteterapia, a Psicologia analítica distingue dois tipos, conforme descreve Silveira: a) imagens que representam emoções e experiências vivenciadas pelo indivíduo, originando-se do inconsciente pessoal e b) imagens arquetípicas, originadas do inconsciente coletivo, que são de caráter impessoal, configurando-se a partir de disposições inatas, que formam a estrutura básica e as camadas mais profundas da psique, (REIS, 2014, p. 151).

As mandalas, além de símbolos universais, são muito pessoais, pois a pessoa que a cria carrega a figura com suas angústias pessoais e, por mais parecida que possa ser com outra, os detalhes serão sempre diferentes. Aqui, a função do terapeuta é pedir que o cliente faça uma interpretação de seu próprio desenho, como uma autodescoberta, já que a figura, nessa teoria, é considerada como um símbolo do si mesmo, "representando ao mesmo tempo o centro e a totalidade psíquica", (JUNG, 2001 apud REIS, 2014, p. 153).

Independente do contexto, o psicólogo tem a função de contribuir para que as pessoas possam se autoconhecer e reconhecer como parte de uma sociedade criativa. Para ~~Karen~~ Bernardino (2010), os arteterapeutas cumprem esse ofício propondo expressões artísticas como instrumento; são constituídos por um olhar sensível e são para/com o sujeito apenas um mediador em seu autoconhecimento e guia na melhoria da qualidade de vida.

> O ato de criar é inerente a todos. A Arteterapia facilita a criatividade e favorece o conhecimento interno, vislumbra outros horizontes, permite que se rompam couraças, bloqueios ou inibições através do ato de criar, facilitando o conhecimento da pessoa humana na sua totalidade, (RABELO; SILVA; BARBOSA, 2017, p. 83).

Enfim, para Reis (2014, p. 144) "a arte é um poderoso canal de expressão da subjetividade humana, que permite ao psicólogo e a seu cliente ...acessar conteúdos emocionais e retrabalhá-los através da própria atividade artística". A arteterapia hoje alcança áreas da psicologia hospitalar, organizacional, social, escolar, não só mais se restringindo ao consultório clínico.

> Assim, acredito que o espaço terapêutico deve ser também o espaço da arte. O processo terapêutico não se dá somente através da fala e da escuta, pois a utilização da arte no setting terapêutico é uma forma de convidar o cliente a entrar em contato com seu potencial criativo que desperta sua

> espontaneidade, promovendo essa vivência artística, na qual terapeuta e cliente buscam formas novas e criativas de ser e fazer, (RABELO; SILVA; BARBOSA, 2017, p. 207).

A arteterapia, atualmente, não tem restrição. Ela é oferecida também em áreas da Psicologia escolar, organizacional, social, hospitalar e da saúde. O objetivo é mostrar a importância da arte como canal de expressão e que através dela o psicólogo pode retrabalhar traumas e conflitos, além de inúmeros outros temas, em cima da atividade artística do próprio cliente. A arte amplia as possibilidades. É uma ferramenta que vai além da linguagem verbal, (REIS, 2014).

CAPÍTULO 3 – RELATO DE PRODUÇÃO

Antes mesmo de começar a estudar jornalismo, fiz um curso técnico em teatro no Senac de Ribeirão Preto. Chamava-se "Técnico em Artes Dramáticas" e só tenho uma coisa a dizer sobre: foi a melhor experiência da minha vida! Nesse curso, conheci pessoas de todos os lugares, classes sociais, raças e orientações sexuais. Pessoas diferentes daquelas que sempre tive contato e faziam parte do meu círculo familiar e de amigos. Essa condição, me possibilitou sair da minha zona de conforto – ou bolha social – e me fez enxergar além daquilo que eu já conhecia.

Eu sempre tive uma vida confortável. Estudei em escola particular a vida toda, tenho meus pais ainda casados e nunca sequer passei por uma dificuldade financeira, logo, as pessoas das quais convivia, eram semelhantes à minha situação. Então a vida tinha um sentido específico para mim que mudou completamente assim que eu entrei nesse curso.

Sempre fui muito comunicativa e espontânea. Sempre gostei de ser "o centro das atenções", então sempre tive vontade de fazer teatro, mas não sabia da enorme mudança que causaria em minha vida. Essa expansão de consciência, me possibilitou perceber outras realidades e criar mais empatia, logo, mais amor pelo diferente e, acima de tudo, respeito. Cresci muito como ser humano e considero que tive grande evolução. Se não fosse por essa oportunidade, eu provavelmente seria muito diferente e ainda estaria naquela "bolha".

Lembro que na escola, eu, uma garota baixinha, gordinha que usava aparelho e óculos de grau, não aceitava algumas condições próprias como, principalmente, a aparência. Por isso, minha adolescência não foi das melhores. Por muitos anos cultivei baixa autoestima que, convenhamos, não faz bem a ninguém. Nessa época, por não gostar da imagem que refletia no espelho, eu tentava parecer outra pessoa. Tentava fazer e vestir as mesmas coisas que as "meninas mais bonitas da escola".

Mas no teatro aprendi que era só um padrão imposto pela sociedade e, pior, inalcançável. Até o que vemos nas capas das revistas é mentira. Podem pesquisar aí "capa da revista x foto real". Vão se assustar com o abismo de diferença da foto original para com a foto estampada na capa.

O fazer teatro me possibilitou assumir diferentes papéis e me colocar em outras realidades, enxergando de outro ponto de vista. Quando a gente se permite a isso, automaticamente criamos amadurecimento e experiências para assumir decisões com convicção, principalmente sem se importar com a opinião alheia.

É isso que a arte faz: liberta. Por esse motivo meu Trabalho de Conclusão de Curso envolve comunicação e arte, porque a arte educa, liberta, ensina e a comunicação é a base. Arte é pura expressão. Nela podemos descontar sentimentos que ficariam guardados e muito provavelmente não saberíamos lidar, podendo causar grandes problemas psicológicos. Por isso, acredito na grande importância da terapia, mesmo que você não esteja em um momento difícil, conversar sempre faz bem.

É aí que entra a psicologia. Um profissional dessa área consegue guiar uma pessoa na resolução de seus conflitos. A arteterapia é a junção disso. O terapeuta consegue resolver aqueles problemas através de exercícios artísticos com vários instrumentos do meio.

Logo me apaixonei pela prática e consegui juntar tudo que amo em um só projeto. É a mistura da arte, com a sanidade mental e a comunicação. Foi um imenso prazer produzir esse projeto.

3.1. Concepção do projeto

Confesso que não conhecia a arteterapia. A descobri através das pesquisas que realizei no início do projeto, apenas com base na ideia do que eu queria fazer. Quando o Google me apresentou a essa prática, corri para o *facebook* para tentar encontrar pessoas relacionadas ao assunto, e lá encontrei.

E aí pesquisei. Pesquisei muito, tudo o que podia sobre o assunto. Foram sites, artigos e livros lidos para toda a parte teórica e embasamento, guiando assim os roteiros de gravação e qual caminho o projeto seguiria.

Eu já tinha uma boa câmera fotográfica, que faz vídeos em alta qualidade, e já tinha o tripé para apoiá-la. O microfone de lapela foi um equipamento emprestado de uma amiga da publicidade. A iluminação, foi natural, da luz do dia, em todas os vídeos. A partir do teórico quase finalizado e com esses equipamentos, realizei as gravações.

O vídeo um foi o último a ser gravado, na intenção de ser a introdução do conteúdo, mas com relatos do que seriam os próximos vídeos, assim foi uma forma de interação com o público que encontrei. Sinto que da proximidade e segurança a quem está assistindo, conhecer a pessoa por trás de todo o conteúdo.

E a junção da vontade de criar algo legal, de todos esses equipamentos e, depois, com as edições dos vídeos, nasceu o Estar-te, um projeto lindo que tenho vontade de dar continuidade. Claro, todo sendo guiado pela minha orientadora. Esse trabalho não seria metade do que é sem ela.

3.2. Identidade visual

Com embasamento obtido por meio do material bibliográfico para a realização deste projeto, pude perceber que a arte abre caminhos, o que me traz a ideia de cores. Quando penso em arte vejo cor, como um dia após a chuva: um lindo céu azul se abre acompanhado a um arco-íris de ponta a ponta. É uma sensação de alívio e liberdade, como o que acontece comigo quando atuo, pinto ou danço.

Por isso usei cores fortes. Elas remetem essas inúmeras possibilidades que enxergamos após um contato mais profundo com a arte. É como se desse um estalo, você acordasse e percebesse que colocava problemas demais em sua vida, sem necessidade, muitos deles criados apenas em sua cabeça.

A vinheta de abertura é uma animação de duas nuvens coloridas que se encontram, viram outra cor e depois surge a logo marca do canal. As nuvens se encontrando, virando outra cor e se transformando em uma imagem concreta, traz a ideia do caminho de possibilidades que a arte é. A vinheta veio da internet, mas dei meus toques e achei que combinou muito com a idade do projeto. Gosto das nuvens de cor sendo guiadas pelo vento, sem destino apontado. É como se nada tivesse regras.

O nome **Estar-te** é a junção de “estar”, “*start*” e “arte”. Estar de viver o presente, pois é apenas o que realmente vivemos. O passado e o futuro são invenções de tempo criados pela sociedade, mas eles não existem de fato. O passado já foi presente e o futuro vai ser, mas é sempre hoje, logo, sempre presente.

Só que na maior parte do nosso tempo, estamos guardando rancor de acontecimentos passados, ou sofrendo de ansiedade pelo que ainda não aconteceu. É importante e saudável fazermos planos futuros, mas não se prenda a eles, pois o que você aproveita mesmo é o agora. Essa é a finalidade da terapia: viver o presente, lidando com as situações do hoje.

Fazer terapia nos ajuda a viver esse momento presente, pois o profissional auxilia na resolução desses conflitos passados ou futuros, abrindo o caminho para podermos aproveitar o que temos no momento. O *Start* é porque o trabalho é audiovisual, ou seja, para ter acesso precisa dar *play*. A junção disso tudo me remeteu a ideia do nome e do visual.

3.3. Captação, depoimentos e edição

Eu amo produzir material em vídeo. Seja na frente ou atrás das câmeras. Seja na ideia, no roteiro ou na edição. Por isso decidi criar todo esse conteúdo nesse formato – aproveito

também que o audiovisual está em alta e hoje todo mundo acompanha um conteúdo em alguma plataforma de vídeo!

Confesso que as gravações não foram realizadas na ordem apresentada no projeto, mas foi a intenção. Foram dias intensos e deliciosos. As profissionais da área as quais tive contato são pessoas incríveis e atenciosas. Deram-me todo auxílio possível.

Também tive a ajuda de uma grande amiga nas gravações e não poderia deixar de agradecê-la, pois foi de grande ajuda e não ficaria a mesma coisa sem ela, mas isso a gente deixa para os agradecimentos.

Tentei deixar o material audiovisual com uma pegada mais artística, quase como minis documentários, com muitas imagens em detalhe, para trazer a sensação de proximidade entre o conteúdo e quem estiver assistindo. Minha intenção é fazer com que as pessoas enxerguem a importância da arte na saúde mental do ser humano e possam começar a se expressarem a partir dali. Somos seres criativos, todos com potencial de criar algo.

Quis trazer a sensação de paz e conforto a quem assistir esse material. Quero que as pessoas se sintam à vontade para fazer arte, independente do meio, que esse sentimento possa despertar. É que não da para explicar em palavras as sensações maravilhosas que o fazer artístico traz. Por isso o mundo ideal para mim, é que todo mundo se expressasse de alguma maneira.

As gravações foram feitas em cidades diferentes por conta da dificuldade de encontrar profissionais nesse mercado. Captei as imagens da Dra. Melina em Ribeirão Preto, e com a Dra. Luzia, a gravação foi realizada em Sertãozinho. Ambas foram de extrema importância no projeto. As duas, ótimas profissionais da área, com experiencia de carreira – e vida!

Sempre gostei de mexer com material em audiovisual, então desde nova sabia usar os editores de vídeo. Aprendi sozinha, vendo tutoriais no YouTube (que também sempre esteve muito presente em minha vida). As edições foram feitas no programa Sony Vegas Pro 17, todas por mim.

3.4. Dificuldades e aprendizado

A parte mais difícil foi encontrar fontes para as entrevistas, já que a arteterapia é tão pouco conhecida, principalmente no Brasil. Por isso não tem tantos profissionais nessa área, ainda mais no interior de São Paulo. Tive que me locomover entre cidades para realizar as gravações, como relatado acima.

Tive alguns problemas com um arquivo de uma das entrevistas, infelizmente algo fora de meu alcance, mas, claro, dei meu jeitinho. Talvez tenha sido até melhor ter dado esse problema, pois aflorou ainda mais minha criatividade.

Mas produzir um trabalho de conclusão de curso, é estressante. Nem tanto pelo trabalho em si, mas sim pela pressão depositada em nós. As inseguranças vêm a tona e constantemente me questionava se tinha capacidade parar realizar, sozinha, um projeto desse tamanho. Mas consegui. E da um grande alívio ver algo desse tamanho realizado por mim.

Nesse processo, aprendi que algumas dificuldades foram causadas por mim. Pela minha falta de disciplina em organizar o projeto por etapas, para fazer todos dias um pouco. Infelizmente sou uma pessoa que procrastina muitos pontos de minha vida, pessoas e profissional. Mas depois de realizar esse trabalho (e sofrer um pouco próximo a data de entrega, confesso), tenho vontade de ser melhor.

Quero colocar em prática o fazer agora e adiantar tarefas e até situações da minha vida. “Deixar para depois” sempre acaba passando despercebido, e geralmente é o motivo de algumas de minhas frustações. A partir daqui, adquiri um certo ânimo de realizar as coisas. É um alívio ser adiantado.

Anotar tudo também entrou para minha listinha de evolução pessoal. Algumas ideia vem e passam despercebidas, sem contar os compromissos e tarefas que precisam ser feitas. Quando escrevemos em um papel, ou até mesmo no celular, já cria certa atenção a determinado compromisso.

Outro ponto pessoal, foi minha redescoberta da importância da terapia. Eu havia esquecido o quão saudável era conversar – principalmente com quem tem autonomia para te ajudar. No processo, pude me lembrar o quanto é bom estar bem. Façam terapia!

3.5. Roteiros dos vídeos

Roteiro Estar-te – vídeo 1

Vídeo: **TCC: Comunicação, Terapia e Arte = Arteterapia, por Lorena Vieira**	
Resumo: Lorena, autora do projeto, conta que a ideia do tema surgiu, porque ela sempre teve a arte presente em sua vida e descobriu a arteterapia através de suas pesquisas. Também fala sobre os benefícios que a arte proporcionou em sua vida e conta um pouco sobre o projeto.	
Vídeo	**Áudio**

Abertura: Vinheta do canal Lorena sentada no chão, em um cenário de natureza Sol entre as árvores	Música de fundo da vinheta 00:10 – Olá eu sou a Lorena Vieira e esse aqui é o meu TCC. – 00:13 Música de fundo – Ticker.
Lorena sentada no chão, em um cenário de natureza Lorena andando em um caminho sob as árvores, apreciando a natureza Giz seco e oleoso e lápis de cor, materiais do consultório de Melina Frase de Phylicia Rashad em um fundo de natureza Objeto de decoração feito pela Luz: uma redoma de vidro, com uma concha, pedras e uma espiral em fio de cobre	00:23 – Sim, exatamente, você está vendo o meu trabalho de conclusão de curso [...] já fiz ballet, já fiz aula de violão, enfim, várias expressões artísticas, inclusive já fiz artesanato [...] Pude me conhecer melhor, me testando através dessas expressões artísticas... 01:30 – E aqui, a gente vai falar sobre a arteterapia, que é a terapia através de recursos artísticos [...] e até a brincadeira vale, porque a arte, ela tá na gente. Eu já vi uma frase na internet que é assim... 02:16 – Enfim, é natural. A arte é natureza [...] e por isso eu escolhi a arteterapia, porque eu queria juntar isso tudo; a psicologia, a arte e a comunicação [...] o objetivo de fazer você melhorar, ter uma vida melhor. – 02:58 Música de fundo – Ticker.
Pés dançando sobre a grama, em câmera lenta. Lorena sentada no chão, em um cenário de natureza Estátua de São Jorge lutando com um	Música de fundo – Ticker. 03:11 – Essa pesquisa foi muito importante para mim, principalmente por eu poder conhecer esse recurso [...] acho importante a gente falar de terapia, porque hoje, nossa geração das doenças psicológicas, a depressão está em todo lugar [...] o fato de se expressar é como descarregar suas

dragão, pintada por Luz Lovato. Molde de barriga de grávida, feita pela Luz Filtro dos sonhos de Lorena em meio a natureza; o sol em um céu azul	angústias... 03:50 – A arteterapia, ela ainda é pouco conhecida, mas ela vem crescendo aí [...] então o se expressar é mais inconsciente do que consciente. Quando você tá ali, se expressando, você não pensa muito [...] quando você se expressa é como uma fuga; é como uma autoterapia [...] sem contar outros inúmeros benefícios que a arte trouxe para minha vida que eu levei para dentro da minha casa e aplico na minha família. 05:23 – Eu quis utilizar a arte, eu quis utilizar a terapia e quis poder mostrar e levar para as pessoas esse método tão eficaz. Eu espero sinceramente que você goste desses vídeos e qualquer coisa entra em contato comigo para a gente conversar mais sobre o assunto. Um beijo e tchau. – 05:41

Roteiro vídeo 2, com Melina Del Arco

Vídeo: **A arteterapia por Melina Del Arco, psicóloga arteterapeuta**	
Resumo: Melina fala sobre a arteterapia, seus benefícios, materiais geralmente usados e seus favoritos de trabalhar, além de contar sobre sua formação na área e o porquê a escolheu a arteterapia.	
Vídeo	**Áudio**
Abertura: Vinheta do canal Fonte de água com conchas Janela para o lado de fora	Música de fundo da vinheta Música de fundo do vídeo – Just Jump.

Entrevista com Melina Livros na prateleira	00:14 – Me formei em psicologia pela USP aqui de Ribeirão Preto em 2005 [...] fui fazer a história da arte aqui na FAAP de Ribeirão Preto e terminei no ano de 2012. – 00:49 Música de fundo – Just Jump.
Entrevista com Melina Melina mostrando objetos para pintura e desenho; Caixa lúdica e estante com minuaturas.	00:59 – Eu atuo em consultório e ateliê arteterapêutico praticamente há 13 anos [...] a arte, ela vai ser um objeto intermediário no tratamento [...] a gente utiliza o lápis de cor, giz pastel seco e oleoso, a gente vai utilizar o lápis grafite [...] além desses materiais, a gente tem o recurso da caixa lúdica [...] e a pessoa vai se expressando ali naquele fazer. – 02:28
Entrevista com Melina. Jóias de barro confeccionadas por Melina. Armário de jogos.	02:41 – Mas arteterapia também engloba os instrumentos, assim, ligados a música [...] eu gosto muito de trabalhar com argila [...] porque o material expressivo ele só vai medir a construção do vínculo com o terapeuta e às vezes o vínculo é o que é mais eficaz. – 03:34 Música de fundo – Just Jump.
Entrevista com Melina.	03:48 – Não tem contra indicação nenhuma. Todas as faixas etárias [...] eu percebo que a pessoa ela começa [...] a autoestima é o primeiro ponto assim [...] pessoa se vê mais potente, né, na sua capacidade criativa [...] e aí vai puxando, né... a comunicação melhora vem

Filtro dos sonhos pendurado e janela da pia.	vindo uma série de outros benefícios que aí são mais pessoais, né. – 04:56

Roteiro Estar-te – vídeo 3

Vídeo: **A arterapeuta Luz Lovato fala sobre a prática e seus benefícios**	
Resumo: Luz Lovato conta suas experiencias como arteterapeuta, como começou a trabalhar na área e porque escolheu a arte como profissão.	
Vídeo	**Áudio**
Abertura: Vinheta do canal Vela acesa em uma bandeja de pedras	Música de fundo da vinheta Música de fundo do vídeo – Serenity.
Entrevista com Luz Objetos para arte na prateleira da parede	00:18 – Eu trabalho como professora PEB I já faz uns 19 anos na rede Municipal de Sertãozinho [...] busquei a psicoterapia corporal que já está relacionado com o fato de eu ser atendida na área e também eu gostava muito, porque ela mexe com a bioenergia do corpo. – 00:56 Música de fundo – Serenity.
Entrevista com Luz Plaquinhas com palavras positivas objetos pendurados na parede	01:13 – Dentro já do curso de terapeuta corporal, eu fiquei sabendo da existência da arteterapia [...] porque era uma possibilidade de trabalhar com a arte que eu sempre gostei, né, um campo de atuação, ou mesmo de vida, porque eu aplico em mim também a arte, então eu busquei pela arteterapia. – 01:42 Música de fundo – Serenity.
Entrevista com Luz	02:00 – eu fui para Campinas e fiz a formação lá

Carrinho com pincéis e tintas para pintar e confeccionar objetos artísticos; cesta com ovinhos feitos pelos pacientes	[...] arteterapia é uma área da Psicologia que usa, é uma forma híbrida, né, de atendimento [...] então a pessoa não precisa verbalizar o que ela sente. Ela traz em forma de arte [...] e a gente vai analisando e trabalhando as questões dela pela arteterapia. – 02:47 Música de fundo – Serenity.
Entrevista com Luz Parede pintada por Luz	02:52 – Pra muitas pessoas, o falar, assim, é muito difícil. Tem pessoas que se calam [...] com a arteterapia não é assim, porque a pessoa, ela tem as necessidades internas dela. – 03:26 Música de fundo – Serenity.
Entrevista com Luz Quadro de mandalas com missangas e pedrinhas brilhantes (feito por Luz) Mandala de sementes, feita por Luz	03:44 – Então, a arteterapia ela sempre esteve presente em mim [...] só que dentro da sala de aula, quando eu dava arte, porque como eu sou professora polivalente, eu dava arte também, né, e eu sempre fiz questão de dar a arte [...] aí saía da criança aquilo que ela estava sentindo e expressava ali no papel [...] ia trabalhar mandala de sementes, né, então, sentado no chão, todo mundo até deitava ali, então assim, era muito prazeroso. – 05:03

Roteiro Estar-te – vídeo 4

Vídeo: **A arterapeuta Luz Lovato fala sobre a prática e seus benefícios (parte 2)**	
Resumo: Luz Lovato conta suas experiencias como arteterapeuta, como prefere trabalhar na área e seus benefícios que à atende todas as idades.	
Vídeo	**Áudio**

Abertura: Vinheta do canal Janela com decoração de corujas e lado de fora	Música de fundo da vinheta Música de fundo do vídeo – Waterfall.
Entrevista com Luz Quadro feito pela Luz Prateleira de parede com caixas organizadoras e cesta de lápis de cor	00:24 – Eu trabalho com os materiais que a gente precisa estar sempre focado nos elementos terra, água, fogo e ar [...] e dentro disso eu trabalho materiais que a pessoa realmente possa usar [...] o mundo já tá precisando sem limpo de materiais que realmente vão sendo jogados fora, né. A arteterapia já trabalha com muitos materiais de reciclagem. – 01:29 Música de fundo – Waterfall.
Entrevista com Luz Objetos em cima do armário e espelho dele	01:41 – Quando a gente trabalha em arteterapia, a gente trabalha no segmento Junguiano, né [...] no Brasil, inclusive, a gente tem até o museu, né, só de exposição de coisas que a Nice fez com os pacientes dela. É o Museu do Inconsciente. – 02:08 Música de fundo – Waterfall.
Entrevista com Luz Quadrinhos na poltrona feitos pela Luz	02:17 – Tudo tem o seu campo, né. Então a gente não pode desmerecer nem um campo, nem o outro [...] tem muitas pessoas que a arteterapia ok, já vai fazer o trabalho, tá tudo certo. Tem pessoas que a gente vê a necessidade de uma terapia verbal; isso a gente tem que entender, captar e encaminhar [...] para todas as idades a arte traz um bom resultado, né [...] e o idoso também, né, principalmente o idoso com Alzheimer, a gente precisa ver a necessidade. Olha, o artesanato também está presente na

Mandalas de crochê penduradas na parede Quadro de mandala feita de missangas e pedrinhas coloridas, confeccionadas pela Luz, e filtros dos sonhos pendurados no porta chaveiros	minha vida desde sempre, né [...] associar isso com os elementos da natureza, né, então eu gosto de experimentar em mim para depois da sugestão para o cliente também. Eu acho que a arteterapia é um campo que tá crescendo, né [...] infelizmente a arteterapia não é tão conhecida assim. Quem for, né, quem tiver interesse de fazer, ainda é um campo para se desbravar. – 05:14 Música de fundo – Waterfall.

CONSIDERAÇÕES FINAIS

Após toda a concepção do projeto, pode-se concluir que a Arteterapia é uma importante abordagem da psicologia, principalmente para as pessoas que têm dificuldade em verbalizar seus problemas e inquietações. A prática traz resultados visíveis, como relatado pela arteterapeuta Melina Del Arco, no vídeo dois do Projeto.

Foi identificado também que a arteterapia é uma das melhores formas de autoconhecimento, pois na sessão de arteterapia quem guia é o cliente a partir de suas expressões, tornando o inconsciente palpável. O psicólogo ali presente atua como mediador, disposto a traduzir o que encontra a partir das expressões artísticas produzidas pelo paciente, seja na caixa lúdica, em um desenho de mandala, colagem ou qualquer outro meio.

Foi possível verificar por meio deste estudo que esse campo é ainda pouco conhecido com essa especialização. Existem poucos profissionais no mercado, tanto que que esta pesquisadora teve muitas dificuldades em encontrar profissionais da área que dessem seu depoimento para os vídeos do canal do Youtube. Mas o trabalho de pesquisa identificou que é uma abordagem que vem crescendo gradativamente. Os especialistas, que fizeram parte do trabalho em vídeo, foram encontrados por conta de uma sucessão de indicações, de uma pessoa para outra, todas dentro do meio da psicologia. A arteterapeuta Luzia Lovato relatou, no quarto vídeo do projeto, que há grande carência de profissionais, pois há público e, com certeza, as vagas em ateliês/consultórios com essa linguagem seriam preenchidas. Afinal, quem não gosta de fazer arte?!

Ao final, conclui-se que arteterapia pode ser útil a quase todas as pessoas, desde as mais novas, até as mais velhas. Pessoas em condições especiais também tem espaço no campo. Ambas as profissionais entrevistadas, têm ou já tiveram pacientes com Alzheimer, por exemplo. Isso ocorre, segundo as especialistas e também de acordo com os levantamentos bibliográficos realizados no estudo, porque a arte não tem regras e todo e qualquer indivíduo é capaz de produzir a partir da criatividade.

Um dos principais benefícios da arteterapia, mencionados nas bibliografias e também nas entrevistas em profundidade, é que além do aumento da autoestima – que se dá, porque o cliente se enxerga a partir do que cria, logo se vê capaz e fica orgulhoso –, é o autoconhecimento, pois a partir dali, a pessoa passa a se entender e também a se enxergar no que materializou em seu inconsciente, podendo então escolher sua melhor versão.

Os materiais mais usados em um consultório de arteterapia são os bidimensionais e os tridimensionais. Alguns como os desenhos – podendo ser feitos com lápis grafite, lápis de cor, giz pastel (seco ou oleoso) e tinta –, recorte e colagem, argila, construção com materiais de sucata, a produção de mandalas (em crochê, desenho ou missangas), biscuit, massinha, a caixa lúdica – no qual o paciente tem a disposição uma caixa de areia e miniaturas, onde construirá um cenário que, provavelmente, tem a ver com seu cotidiano e/ou inquietações inconscientes – e o papel machê.

Mas a arteterapia também trabalha com instrumentos musicais, dança, música, drama teatral e a escrita, podendo então propor a escrita criativa para o paciente, no qual ele tem liberdade de escrever algo real ou não – lembrando que mesmo sendo um conto sobrenatural, sempre terá ligação com suas inquietações, pois se trata da criatividade do inconsciente, podendo haver elementos pontuais na história que ajude no progresso do tratamento.

A intenção do produto midiático em vídeo, foi para que a arte possa ser vista, ouvida e apreciada a quem estiver assistindo. O objetivo é criar proximidade do público para com o assunto, principalmente por ser pouco conhecido. Outro fato é o audiovisual estar sendo bastante consumido nos últimos tempos. Facilmente as pessoas encontrarão os vídeos no YouTube e poderão, assim, conhecer sobre o tema e compartilhar com seus amigos. O objetivo é atingir não apenas o público leigo para a arteterapia, mas também profissionais na área de psicologia, evidenciado uma outra alternativa ao tratamento tradicional.

REFERÊNCIAS

ARCURI, Irene Gaeta. **Arteterapia: um novo campo do conhecimento.** 1. ed. (s.l.): Vetor, 2006. 200 p.

BARREIRA, Marília Maia Lincoln; MARTINS, Kilvania Bezerra Gomes da Silva. **A Arte Como Instrumento Terapêutico sob o Enfoque da Gestalt-Terapia.** Revistafsa. 2017.

BERNADAZZI, Rafaela e BRAGA, Maria Helena e COSTA, Vaz. **Produtores de conteúdo no YouTube e as relações com a produção audiovisual.** Revista Communicare, 2017.

BERNARDINO, Karen Ferri. **A formação em Arteterapia no Brasil**: contextualização e desafios**.** São Paulo: Associação de Arteterapia, 2010.

BURGESS, Jean e GREEN, Joshua. **YouTube e a Revolução Digital:** como o maior fenômeno da cultura participativa transformou a mídia e a sociedade. São Paulo: Aleph, 2009.

CORUJA, Paula. **YouTube em pauta:** uma análise das teses e dissertações em Comunicação de 2010 a 2015. Revista Communicare, 2017.

DUARTE, Jorge; BARROS, Antônio (Org.). **Métodos e técnicas de pesquisa em comunicação.** 2. ed. São Paulo: Atlas, 2017.

JENKINS, Hery. **Cultura da Convergência.** São Paulo: Aleph, 2009.

JORNAL SOL. **Geração Instável – Os millennials estão deprimidos e ansiosos. Por quê?** 2017. Disponível em: <https://sol.sapo.pt/artigo/560308/-geracao-instavel-os-millennials-estao-deprimidos-e-ansiosos-porqu->. Acesso em: 21 abr. 2019.

PERSONARE. **Arte transformando vidas.** 2012. Disponível em: <www.personare.com.br/arte-transformando-vidas-m1693>. Acesso em: 25 mar. 2019.

PORTAL EDUCAÇÃO. **A arte na terapia.** Disponível em: <www.portaleducacao.com.br/conteudo/artigos/conteudo/a/10634>. Acesso em: 25 mar. 2019.

QUEIROZ, Igor Raphael Gouveia. **O YouTube como ferramenta da cultura midiática.** Intercom. 2015.

RABELO, Cleison Luiz; SILVA, Edenice Maria; BARBOSA, Maria Euda. **Arteterapia:** processo, sentimentos e emoções**.** Revista Plus FRJ. 2017.

REIS, Alice Casanova. **Arteterapia:** a Arte como Instrumento no Trabalho do Psicólogo**.** CESUSC. 2014.

SEI, Maíra Bonafé. **A formação em Arteterapia no Brasil:** contextualização e desafios. São Paulo: Associação de Arteterapia, 2010.

SETOR SAÚDE**. O poder da arte na saúde.** 2015. Disponível em: <setorsaude.com.br/o-poder-da-arte-na-saude/>. Acesso em: 25 mar. 2019.

SOBRINHO, Wanderley. **Suicídio cai no mundo, mas cresce até 24% entre adolescentes no Brasil.** 2019. Ciência e Saúde, UOL Notícias. Disponível em: <https://noticias.uol.com.br/saude/ultimas-noticias/redacao/2019/04/27/suicidio-cai-no-mundo-mas-cresce-ate-24-entre-adolescentes-no-brasil.htm>. Acesso em: 5 jun. 2019.

VIEIRA, Vand. **Depressão: o melhor é tomar remédio ou fazer terapia?** 2017. Saúde, Abril. Disponível em: < https://saude.abril.com.br/mente-saudavel/depressao-o-melhor-e-tomar-remedio-ou-fazer-terapia/>. Acesso em: 25 mar. 2019.

ANEXOS

Melina Del Arco

UNAERP Universidade de Ribeirão Preto
Campus Ribeirão Preto - Campus Guarujá

CURSO DE JORNALISMO

AUTORIZAÇÃO

Pelo presente instrumento, eu Melina Del'Arco O. Aléia, abaixo firmado e identificado(a), autorizo, Lorena Luciano Vieira, estudante do Curso de Jornalismo da Universidade de Ribeirão Preto, a utilizar **minha imagem** e também **informações** por mim prestadas, para elaboração de seu TCC – Trabalho de Conclusão de Curso, que tem como título: Estar-te - a arte na terapia – e está sendo orientado pelo(a) Prof.(a) Flávia Martelli

Esta autorização inclui o uso de todo o material criado que contenha minha imagem, da forma que melhor lhes aprouverem, notadamente para toda e qualquer forma de comunicação ao público, tais como material impresso, CD ("compact disc"), CD ROM, CD-I ("compact-disc" interativo), "home video", DAT ("digital audio tape"), DVD ("digital video disc"), rádio, radiodifusão, televisão aberta, fechada e por assinatura, bem como sua disseminação via Internet, independentemente do processo de transporte de sinal e suporte material que venha a ser utilizado para tais fins, sem limitação de tempo ou do número de utilizações/exibições, no Brasil e/ou no exterior, conforme expresso na Lei 9.610/98 (Lei de Direitos Autorais).

Ribeirão Preto, 17 de setembro de 2019.

Assinatura: _____

UNAERP Universidade de Ribeirão Preto
Campus Ribeirão Preto - Campus Guarujá

CURSO DE JORNALISMO

TERMO DE CONSENTIMENTO LIVRE E ESCLARECIDO

Dados de identificação

Título da Pesquisa:	Estar-te à Arte na terapia
Pesquisador Responsável:	Lorena Luciano Vieira
Instituição a que pertence o Pesquisador Responsável:	Unaerp
Telefones para contato:	(16) 99274-7272
Nome do voluntário:	Melina Delfino de Oliveira Alícia
Cargo:	Psicóloga
Empresa:	Consultório Particular
Idade:	37 anos
R.G.	33.337.422-8

O Sr. (ª) está sendo convidado(a) a participar da pesquisa "Arte na terapia", de responsabilidade do(s) pesquisador(res) Lorena Vieira.

A entrevista será gravada em equipamento de gravação de voz digital, a entrevista será inteiramente transcrita, mas para efeitos de análise no desenvolvimento do trabalho serão utilizados apenas trechos devidamente identificados.

No trabalho final será preservado o nome do entrevistado, mas **não**a empresa ou cargo, fundamentais para garantir a seriedade do trabalho. (este item varia de pesquisa para pesquisa)

Os dados obtidos a partir dos sujeitos da pesquisa não poderão ser usados para outrosfins que os não previstos no protocolo e/ou no consentimento.

O termo de consentimento livre e esclarecido obedecerá aos seguintes requisitos:
a) ser elaborado pelo pesquisador responsável, expressando o cumprimento de cada uma das exigências acima;
b) ser assinado ou identificado por impressão dactiloscópica, por todos e cada um dos sujeitos da pesquisa ou por seus representantes legais; e
c) ser elaborado em duas vias, sendo uma retida pelo sujeito da pesquisa ou por seu representante legal e uma arquivada pelo pesquisador.

Eu, Melina Delfino O. Alícia, RG nº 33.337.422-8 declaro ter sido informado e concordo em participar, como voluntário, do projeto de pesquisa acima descrito.

Cidade, 17 de Setembro de 2019

Nome e ass. do entrevistado ou seu responsável legal

Lorena Vieira

Nome e ass.do responsável por obter o consentimento

Testemunha

Luz Lovato

UNAERP CURSO DE JORNALISMO
Universidade de Ribeirão Preto
Campus Ribeirão Preto - Campus Guarujá

TERMO DE CONSENTIMENTO LIVRE E ESCLARECIDO

Dados de identificação

Título da Pesquisa:	Estar-te
Pesquisador Responsável:	Lorena Luciano Vieira
Instituição a que pertence o Pesquisador Responsável:	Unaerp
Telefones para contato:	16 992048126
Nome do voluntário:	Luzia de Melo Baltrine Lovato
Cargo:	Cirurgiã-dentista
Empresa:	Consultório particular
Idade:	48
R.G.	20999191

O Sr. (ª) está sendo convidado(a) a participar da pesquisa "Estar-te", de responsabilidade do(s) pesquisador(res) Lorena Vieira.

A entrevista será gravada em equipamento de gravação de voz digital, a entrevista será inteiramente transcrita, mas para efeitos de análise no desenvolvimento do trabalho serão utilizados apenas trechos devidamente identificados.

No trabalho final será preservado o nome do entrevistado, mas **não** a empresa ou cargo, fundamentais para garantir a seriedade do trabalho. (este item varia de pesquisa para pesquisa)

Os dados obtidos a partir dos sujeitos da pesquisa não poderão ser usados para outros fins que os não previstos no protocolo e/ou no consentimento.

O termo de consentimento livre e esclarecido obedecerá aos seguintes requisitos:
a) ser elaborado pelo pesquisador responsável, expressando o cumprimento de cada uma das exigências acima;
b) ser assinado ou identificado por impressão dactiloscópica, por todos e cada um dos sujeitos da pesquisa ou por seus representantes legais; e
c) ser elaborado em duas vias, sendo uma retida pelo sujeito da pesquisa ou por seu representante legal e uma arquivada pelo pesquisador.

Eu, Luzia Lovato, RG nº 20999191 declaro ter sido informado e concordo em participar, como voluntário, do projeto de pesquisa acima descrito.

Cidade, 21 de outubro de 2019

Nome e ass. do entrevistado ou seu responsável legal

Lorena Vieira
Nome e ass.do responsável por obter o consentimento

Arthur Vieira
Testemunha

UNAERP Universidade de Ribeirão Preto
Campus Ribeirão Preto - Campus Guarujá

CURSO DE JORNALISMO

AUTORIZAÇÃO

Pelo presente instrumento, eu Luzia de Melo Balbino Lovato abaixo firmado e identificado(a), autorizo, Lorena Vieira, estudante do Curso de Jornalismo da Universidade de Ribeirão Preto, a utilizar **minha imagem** e também **informações** por mim prestadas, para elaboração de seu TCC – Trabalho de Conclusão de Curso, que tem como título: Estar-te

– e está sendo orientado pelo(a) Prof.(a) Flávia Martelli

Esta autorização inclui o uso de todo o material criado que contenha minha imagem, da forma que melhor lhes aprouverem, notadamente para toda e qualquer forma de comunicação ao público, tais como material impresso, CD ("compact disc"), CD ROM, CD-I ("compact-disc" interativo), "home video", DAT ("digital audio tape"), DVD ("digital video disc"), rádio, radiodifusão, televisão aberta, fechada e por assinatura, bem como sua disseminação via Internet, independentemente do processo de transporte de sinal e suporte material que venha a ser utilizado para tais fins, sem limitação de tempo ou do número de utilizações/exibições, no Brasil e/ou no exterior, conforme expresso na Lei 9.610/98 (Lei de Direitos Autorais).

Ribeirão Preto, 21 de Outubro de 2019.

Assinatura: _____

APÊNDICES

Decupagem de sonora

1º dia (21/08/2019) – Melina Del Arco

Nome do arquivo: **MVI_2684**

00:00 – Melina, você pode por favor falar seu nome como você gosta de usa. – **00:09**

00:10 – Eu uso Melina Del Arco. – **00:12**

00:14 – E sua formação? – **00:15**

00:17 – Me formei em psicologia pela USP aqui de Ribeirão Preto em 2005 e aí depois eu fui fazer a arteterapia. Fiz a formação de arteterapia em São Paulo e eu concluí no ano de 2009, por aí né?! Mas ainda continuei sentindo necessidade de ter contato com a arte, eu achei que ainda sim eu precisava ter mais bagagem em termos dos códigos de arte então foi fazer a história da arte aqui na FAAP de Ribeirão Preto e terminei no ano de 2012. – **00:52**

00:54 – E a quanto tempo você atua na área? – **00:56**

00:57 – Eu atuo em consultório e ateliê arteterapêutico praticamente há 13 anos. Durante a minha formação de arteterapia, eu fiz estágio, então eu fui atuando também ao longo da formação. – **01:11**

01:12 – E o que é arteterapia?

01:15 – De maneira bem simples, a arteterapia é um processo terapêutico mediado por recursos expressivos. Sejam... são muito os recursos expressivos, mas o objetivo maior é a gente estar em um processo terapêutico. A arte, ela vai ser um objeto intermediário no tratamento. Ela é um meio para um fim... é a finalidade do tratamento. De modo bem sucinto é isso. – **01:48**

01:49 – E quais são os instrumentos artísticos que são usados? – **01:52**

01:52 – Isso. São inúmeros instrumentos, né. A gente utiliza o lápis de cor, giz pastel seco e oleoso, a gente vai utilizar o lápis grafite, que são os instrumentos que a gente diz bidimensionais, né, a colagem... a gente trabalha com recorte de revistas e colagem, mas a gente consegue também incluir os instrumentos que são tridimensionais que é a argila, a massinha, o biscuit, papel machê, a construção que ela é feita com materiais de sucata que a gente pode utilizar. Além desses materiais, a gente tem o recurso da caixa lúdica que são... é uma caixa com tamanho definido onde a gente pinta o fundo dela de azul e ela tem areia e a gente tem uma estante repleta de miniaturas onde os pacientes vão pegando essas miniaturas

todas e vão fazendo um cenário, então é um trabalho criativo também. As miniaturas já estão prontas ou podem ser construídas e a pessoa vai se expressando ali naquele fazer. Mas arteterapia também engloba os instrumentos, assim, ligados a música, ao teatro, a dança né, essas outras artes, digamos assim... a história, a escrita, então a gente pode fazer escrita criativa com paciente, pedir para ele contar a história a partir das coisas que ele tem feito... então assim, são múltiplos recursos né. – **03:23**

03:25 – E qual você mais gosta? – **03:25**

03:25 – Eu gosto muito de trabalhar com argila, porque eu gosto, pessoalmente da argila, gosto muito de trabalhar com ela, embora eu vejo que às vezes as pessoas... por ser um recurso que às vezes suja as mãos e tudo mais, elas, às vezes, vão com um pouco mais de cautela, mas a caixa de areia eu utilizo muito também, bastante. A caixa de areia é um recurso muito utilizado... o giz pastel, as vezes ele é um pouco mais convidativo também que é um material bidimensional... – **03:56**

00:57 – E você tem um método que da um resultado mais rápido? Por exemplo, a dança talvez de mais resultado que a argila. – **04:09**

04:09 – É difícil falar isso, porque isso depende muito do paciente, do processo do paciente, da abertura que ele dá, o comprometimento com o trabalho terapêutico, porque a arteterapia é uma relação... promove uma relação terapêutica e as vezes aquela relação terapêutica que realmente... a construção do vínculo... porque o material expressivo ele só vai medir a construção do vínculo com o terapeuta e às vezes o vínculo é o que é mais eficaz. – **04:42**

04:46 – E todo mundo pode fazer o tratamento? – **04:47**

04:47 – Pode, não tem contraindicação nenhuma. Todas as faixas etárias... assim, obviamente, por exemplo, um idoso que tem as vezes uma limitação psicomotora ou motora, ali ele não vai conseguir fazer coisas muito minuciosas, então, criança muito pequena... a gente tem algumas limitações, mas isso não tem contra indicação, todas as faixas etárias. Eu já trabalhei, trabalho... tenho todas as faixas etárias, desde criança até... por exemplo, eu tenho uma idosa de 75 anos. – **05:19**

05:20 – Mas aí então tem que usar métodos diferentes conforme a idade? – **05:24**

05:24 – Isso. Ou conforme a disponibilidade do paciente né. – **05:29**

05:30 – Quais são os benefícios mais visíveis assim, os que dão pra notar primeiro? – **05:35**

05:36 – Eu percebo que a pessoa ela começa... a autoestima é o primeiro ponto assim... a pessoa começa a se vê capaz de criar algo, de realizar alguma coisa, então... e é algo palpável, é algo concreto, então a pessoa olha o que ela fez e aquilo é como se fosse um espelho das capacidades dela, então ela vai se reconhecer ali. A gente tá trabalhando com recurso muito

primário que remete a relação mãe-bebê, aonde o que ela produz ela se enxerga e aquilo dá um sentido para a vida dela e às vezes eu vou só nomeando ou pontuando as percepções. Então primeiro é a autoestima, depois eu vejo é a criatividade... pessoa se vê mais potente, né, na sua capacidade criativa... e aí vai puxando, né... vem vindo uma série de outros benefícios que aí são mais pessoais, né... a comunicação melhora... – **06:27**

2º dia (21/10/2019) – Luzia Lovato

Nome do arquivo: **MVI_2698**

00:05 – Se puder me falar seu nome completo e sua formação... – **00:09**

00:08 – Meu nome completo: Luzia de Melo Balbino Lovato. – **00:11**

00:12 – E sua formação? – **00:12**

00:13 – Minha formação... a primeira formação minha, na verdade magistério né, e na época não precisava ter faculdade pra fazer. A gente trabalhava como professora sem ter a faculdade né. Com o tempo, pediu na LDB que a gente fizesse uma faculdade, uma graduação. Dando prioridade para uma graduação na área da educação, uma licenciatura. Eu fiz português e inglês, só que nuca exerci. Cheguei a prestar o concurso do estado, mas eu não exerci, não assumi. E eu trabalho como professora PEB I já faz uns 19 anos na rede Municipal de Sertãozinho. Depois disso eu fiz esse psicopedagogia vendo a necessidade das crianças de uma busca, né, por profissionais que cuidassem da questão da não aprendizagem, o porquê que as crianças não aprendiam... busquei a psicopedagogia. Mais pra frente eu busquei a psicoterapia corporal que já está relacionado com o fato de eu ser atendida na área e também eu gostava muito, porque ela mexe com a bioenergia do corpo e então busquei essa profissão e, fui, gostei muito. Dentro já do curso de terapeuta corporal, eu fiquei sabendo da existência da arteterapia que até então eu não sabia dessa formação e me encantei, porque era uma possibilidade de trabalhar com a arte que eu sempre gostei, né, um campo de atuação, ou mesmo de vida, porque eu aplico em mim também a arte, então eu busquei pela arteterapia. Infelizmente em Ribeirão não tinha mais essa formação e eu esperei por longos anos para ver se abria na UNIP de novo. – **02:18**

02:19 – Já tinha tido? – **02:20**

02:20 – Já tinha tido. Já... e aí como não abriu não, né, não tinha possibilidade de abrir, eu fui para Campinas e fiz a formação lá. É uma pós-graduação, né, que me dá o direito de trabalhar como arteterapeuta na clínica. – **02:38**

02:39 – Ah legal. Aconteceu isso comigo no teatro. Tinha na Barão, no ano que eu me formei, em 2013 na escola, foi o último ano que teve. 2014 não abriu turma. Aí eu fiz no Secac, mas valeu. Foi ótimo. E, o que é arteterapia? – **02:56**

02:57 – Arteterapia é uma área da Psicologia que usa... é uma forma híbrida, né, de atendimento. Ela usa a arte e a psicologia. Então a pessoa não precisa verbalizar o que ela sente. Ela traz em forma de arte e a gente vai analisar como a pessoa está através da arte dela, né. É lógico que não é proibido ela verbalizar, mas ela, prioritariamente, ela vai fazer a arte e a gente vai analisando e trabalhando as questões dela pela arteterapia, pela arte, né. – **03:36**

03:36 – É até mais fácil do que falar, né? – **03:38**

03:38 – Pra muitas pessoas, o falar, assim, é muito difícil. Tem pessoas que se calam... se for uma seção normal de terapia, a pessoa se cala o tempo todo e aí o terapeuta precisa ficar buscando tirar alguma coisa, né. Com a arteterapia não é assim, porque a pessoa, ela tem as necessidades internas dela, né, ela vai colocando ali na parte dela e o terapeuta já com as ferramentas que ele tem, já vai enxergando. – **04:13**

04:14 – Li bastante artigo científico. Eu adorei. Eu já gosto de uma terapia... E por que você escolheu a arteterapia? – **04:27**

04:28 – Então, a arteterapia ela sempre esteve presente em mim, né, até eu quis te falar antes da questão deu ser formada e dar aula pra crianças, que eu sempre trabalhei em sala de aula, só que eu não sabia, né. Eu nunca tinha lido nada, eu não sabia da arteterapia, eu não tinha muito conhecimento... um conhecimento bem superficial do Young, só que dentro da sala de aula, quando eu dava arte, porque como eu sou professora polivalente, eu dava arte também, né, e eu sempre fiz questão de dar a arte, porque muitas vezes os colegas, como não tinham habilidade de trabalhar arte, eles davam apenas a nota e não trabalhavam nada de arte. E eu trabalhava com as crianças de forma muito livre, sem me colocar dentro de períodos da arte, mas dava, assim, papel para as crianças recortarem, tinta, argila, massinha de modelar, então trabalhava muito assim, dessa forma, sem enquadrar a criança "ó você tem que fazer isso". – **05:37**

05:37 – Tá na gente a arte, né?! As primeiras expressões de língua, eram desenhos. – **05:40**

05:40 – Exatamente. Então aí saía da criança aquilo que ela estava sentindo e expressava ali no papel e isso me cantava, porque também eu trabalhava a arte como forma de moeda de troca, porque quando as crianças eram muito arteiras, tinha uma inquietude, né, eu negociava com eles "olha vamos ficar quietinho, porque tal dia tem arte e aí se não ficar quietinho, como é que eu vou dar arte, né? Porque a gente tem que correr com as outras matérias também. Aí isso era quase uma moeda de troca. – **06:13**

06:14 – E criança adora né?! Uma tinta... – **06:17**

06:15 – Eles adoravam. Aí, tinha vez que, assim, eu colocava eles no chão e a gente ia trabalhar mandala de sementes, né, então, sentado no chão, todo mundo até deitava ali, então assim, era muito prazeroso e eu falava "descobri as Américas", né, porque eu trabalhava a arte e falava "nossa, é maravilhoso", e as crianças amavam. Aí, o que aconteceu? Fui fazer arteterapia, eu falei "vou trabalhar arteterapia, né, dentro da sala de aula, mas já trabalhava. E aí isso me encantou bastante, então foi a primeira forma de eu trabalhar de arteterapia, realmente, foi dentro da sala de aula. – **06:56**

06:56 – E esse aqui foi seu primeiro consultório? – **06:58**

06:58 – É. Aí eu tive um outro consultório antes, porque eu sou formado em psicopedagogia já faz 10 pra 11 anos, né. Então eu tive um consultório já antes, já tinha de quando eu me formei como psicopedagoga, porque eu atendia em psicopedagogia. Aí, esse daqui é atelier de arteterapia, que eu já atendo arteterapia aqui... já tendo, né, tudo aqui... mas esse aqui já faz 4 anos que eu tenho, né, então o primeiro atelier que eu montei sim. – **07:30**

07:31 – Legal, muito bonito! E como foi sua primeira experiencia como profissional nessa área? Quando você se formou em arteterapia, seu primeiro paciente, assim. – **07:42**

07:43 – Olha, assim, como eu falei, eu trabalhava dentro da escola, tal, né, mas aqui, em arteterapia, eu costumo montar grupos, né, e foi um grupo para mulheres, muito prazeroso... – Desconhecidas? – É, não se conhecem. Um grupo muito prazeroso, porque já era um grupo também do qual eu já tinha participado de um semelhante que a gente falava das deusas da mitologia grega atrelado com a arte e associado com cada arquétipo que a mulher usa sobre essas deusas, então foi um grupo bem prazeroso. Nós trabalhamos cada deusa, mais ou menos, um mês cada uma e aí deu um total de mais de um ano de atendimento. Foi um processo. E aí no final desse processo, você vê o quanto a pessoa se autoconheceu ou mesmo assim conheceu as outras mulheres. Como outras mulheres funcionam; porque tem certas mulheres que funcionam daquela forma, né; então foi um grupo bem prazeroso. – **08:53**

08:53 – O teatro pra mim foi um processo de autoconhecimento. Acho que autodescobrimento. Eu era muito diferente. Antes eu alisava o cabelo... eu ia, mais ou menos, com o que minhas amiguinhas faziam, elas se vestiam de um jeito, eu tentava fazer igual... e aí nessas expressões artísticas que a gente ia botando tudo pra fora, eu fui vendo do que eu gostava mesmo... Tipo, não era ruim, eu não era fingida, é porque eu não conhecia... não dava atenção para outros caminhos que eu podia tomar. E de família conservadora, né..... E qual sua abordagem dentro da arteterapia? – **09:37**

09:37 – Então, dentro da arteterapia, é o segmento, né, a gente faz assim... eu trabalho com os materiais que a gente precisa estar sempre focado nos elementos terra, água, fogo e ar e dentro desses elementos, quando o paciente chega, a gente trabalha um tipo de material e depois vai evoluindo, né, e dentro disso eu trabalho materiais, dentro da arteterapia, que a pessoa realmente posso usar. Então se ela vai fazer uma mandala, eu procuro usar um material que é realmente duradouro, para que ela possa usar na casa dela se ela quiser levar, porque muitas vezes tem paciente que não quer levar e tá tudo certo, né, e... porque, as vezes, a sugestão é para que a gente use material descartável, né, mesmo porque também a pessoa tá jogando o inconsciente dela ali, né, mas o que acontece? O mundo já tá precisando sem limpo de materiais que realmente vão sendo jogados fora, né. A arteterapia já trabalha com muitos materiais de reciclagem... e aí juntando tudo isso, eu gosto de usar o material que realmente a pessoa vai poder levar para casa depois, guardar, expor... o que ela quiser fazer. Se não quiser levar, tá tudo certo, fica aqui. Se quiser levar, ela pode dar um fim de usar como um meio estético, né, pra colocar em algum lugar da casa dela. – **11:06**

11:08 – E... eu li muito sobre a arteterapia e a das mandalas é a junguiana. Me fala um pouquinho... essa é a que você mais gosta de trabalhar? – **11:28**

11:29 – É, isso. A mandala... porque na verdade quando a gente trabalha em arteterapia, a gente trabalha no segmento Junguiano, né, porque ele é o nosso teórico que descobriu várias coisas sobre a mandala, muitas coisas mesmo, muitos elementos, né. A nossa teórica mais próxima é a Nice da Silveira, que já foi assistente do Jungi durante um ano lá... – É um dos grandes nomes do Brasil, né? – Isso, do Brasil, exatamente. E no Brasil, inclusive, a gente tem até o museu, né, só de exposição de coisas que a Nice fez com os pacientes dela. É o Museu do Inconsciente. Então eu trabalho, dentro das mandalas, eu trabalho tudo que tá nesse segmento. Então, se a gente for pensar em mandalas universais, né... e pode ser que a gente não use um segmento, assim "ai eu quero que você faça uma mandala x", estética né, a gente deixa a pessoa colocar a mandala de forma inconsciente ali e muitas vezes vem símbolos que está no universo, né, porque, como o Jungi dizia, a gente é sozinha, mas a gente capta o inconsciente coletivo então às vezes vem... – **12:54**

Nome do arquivo: **MVI_2699**

00:00 – ... em algo do inconsciente da pessoa e a gente vê que aquele símbolo já existe em outros lugares, né. Então é realmente é esse trabalho que eu faço. – É o inconsciente coletivo?! – É o inconsciente coletivo! – Ah, eu estudei. – Você está espertinha, né?! – **00:17**

00:23 – E você acha que trabalhar com a arte como mediadora, traz resultados mais eficazes do que só conversar, terapia? – **00:29**

00:30 – É assim olha, tudo tem o seu campo, né. Então a gente não pode desmerecer nem um campo, nem o outro, porque mesmo aqui eu percebo que às vezes tem paciente que precisa de terapia verbal e aí eu encaminho, inclusive. A gente tem uma equipe de atendimento, né. Eu tenho um médico que eu encaminho para esse médico, eu tenho outros terapeutas que atendem de forma verbal que eu encaminho para eles, então a gente não pode dizer que só isso é bom, só aquilo é bom. – Vai da necessidade de cada um. – É, vai da necessidade. Tem muitas pessoas que a arteterapia ok, já vai fazer o trabalho, tá tudo certo. Tem pessoas que a gente vê a necessidade de uma terapia verbal, né, porque os grupos aqui são terapêuticos, então a pessoa vai trazer coisas do cotidiano, pode até trazer mais aprofundado, tal, mas não é terapia. E às vezes tem pessoas que e vai precisar dessa forma de terapia, né, da verbal mesmo e isso a gente tem que entender, captar e encaminhar. – **01:40**

01:41 – E qual idade, na sua opinião, traz resultado mais rápido? Criança... Trabalha com criança? Todas as idades vêm aqui? – **01:49**

01:49 – Eu já trabalhei com criança de 3 anos aqui... já trabalhei com criança de 3 anos e já trabalhei com pessoas com Alzheimer... – A, que interessante! – Né, então é assim olha: para todas as idades a arte traz um bom resultado, né, e a arte é sempre uma forma de expressão. A gente não pode pensar que a arte aqui é só nesse segmento também. Lógico que eu primo pelas mandalas, né, mas, por exemplo, se eu tiver que colocar drama aqui, pode ser; se eu tiver que colocar outras formas de expressão, eu posso colocar também, então com a criança às vezes vai ser um trabalho um pouco mais diferenciado, né. – É outra linguagem né? – É outra linguagem. Então eu vou no chão, vou brincar, vou fazer, mas, assim, não vai ter aquela obrigatoriedade de ser só mandala. Não é isso, né, porque a criança, ainda mais a criança, precisa ser um pouco mais livre. E o idoso também, né, principalmente o idoso com Alzheimer, a gente precisa ver a necessidade. – **02:56**

02:59 – E me fala sobre seu trabalho com artesanato! – **03:01**

03:03 – Olha, o artesanato também está presente na minha vida desde sempre, né. Desde quando eu era criança gostava muito de ver a forma dos crochês e eu procurava querer aprender, gostava de desenhar e mais para frente, quando eu fiquei adolescente, eu fazia muito, bastante crochê. Era uma forma, assim, de, talvez, eu extravasar qualquer coisa então... minha autoterapia... eu fazia muito crochê, tal. Mais para frente eu aprendi fazer tricô, aí eu fazia tricô também... só que só aquelas artes, para mim, pareciam que era pouco e eu queria,

tinha necessidade de outras coisas, de buscar outras coisas. Já fiz muita pintura com lápis de cor... eu fico um tempo apaixonada por aquela arte. – **03:54**

03:54 – Você expõe as coisas que você faz? – **03:56**

03:56 – Eu vendo, né, exponho na internet, mas eu não exponho, assim, em nenhum lugar de fazer exposição mesmo. – **04:06**

04:06 – Tem bastante em Ribeirão, de lugares, assim, que a galera expões. A Mel mesmo, ela me chamou até pra eu ri, num domingo, num lugar que ela expôs as coisas dela... – **04:16**

04:16 – Bem legal né... é uma forma deu poder estar divulgando meu trabalho também. Vou até falar com ela. E aí, mais tarde, né, quando eu já dava aula, eu gostava muito de enfeitar a sala de aula, então... mas sempre tudo com material muito frágil que depois acabava se perdendo, jogava fora, tal. E aí eu fui vendo que eu queria o material mais duradouro, que eu queria trabalhar com coisa que durasse mais, né, então eu comecei a procurar, comecei buscar em como fazer coisas que me dessem esse prazer e que tivesse um longo prazo para deteriorar, né. Então aí eu fui atrás de começar a fazer a arte. Então eu, de tudo, assim, eu faço um pouquinho. Não é que, né, ninguém é Deus, né, mas, assim de tudo eu gosto de fazer, eu gosto de experimentar e eu gosto de experimentar em mim para depois passar para o cliente também, né. Às vezes, quando a gente faz a formação em arteterapia, a conversa é de que a gente não precisa ter habilidade com arte. Eu já acho que precisa, porque a gente precisa saber assim ó, essa tinta, esse material, que horas que eu vou usar isso, associar isso com os elementos da natureza, né, então eu gosto de experimentar em mim para depois da sugestão para o cliente também. – **05:50**

05:50 – A legal. A última pergunta foi essa. Quer acrescentar mais alguma coisa? – **05:53**

05:53 – Eu te agradeço por ter vindo, né, e também por poder expor essa questão do meu trabalho. Acho interessante... eu acho que a arteterapia é um campo que tá crescendo, né, mas aqui em Sertãozinho nós somos em muito poucas arteterapeutas... – **06:12**

06:12 – Eu tive dificuldade de achar até em Ribeirão. Acredita? Eu consegui conversar com a Mel só e ela me passou seu contato, que é daqui de Sertãozinho. – **06:20**

06:20 – Isso, então, aí não tem. Eu acho que se as pessoas buscarem a formação, eu acho que vai ter público para essas pessoas que queiram a formação, porque tem uma carência. – É gostoso, né?! – Infelizmente a arteterapia não é tão conhecida assim. A gente tá agora, a gente tá precisando começar a desbravar. Então quem for, né, quem tiver interesse de fazer, ainda é um campo para se desbravar. – **06:52**

06:52 – Eu não conhecia. Eu fiz teatro, adorava matéria não factual que, tipo, não é notícia. Matéria factual quando você pode ler... tipo, amanhã não faz mais sentido. Eu gosto muito de

matéria não factual dentro da psicologia. Ai, tipo, disso aqui da psicologia, fazer matéria... e aí eu falei “quero fazer alguma coisa com arte”. Aí fui buscando, fui buscando e vi terapia mais arte é arteterapia... e aí quando eu descobri no Google, que eu comecei a ler sobre no começo do ano, pra fazer o TCC e nunca vi ninguém fazer sobre isso. – **07:30**

07:30 – Olha, então você vai ser a primeira. Depois você manda pra nós, pra gente ver e torcer por você. – **07:36**

3º dia (26/10/2019) – Lorena Vieira

Nome do arquivo: **MVI_2714**

00:03 – Olá eu sou a Lorena Vieira e esse aqui é o meu TCC. Sim, exatamente, você está vendo o meu trabalho de conclusão de curso. Eu faço jornalismo em Ribeirão Preto, na UNAERP e esse aqui é o projeto de conclusão. Quando eu decidi fazer alguma coisa envolvendo a arte é porque ela sempre esteve muito presente na minha vida. Sempre fui uma pessoa muito comunicativa. sempre gostei de dançar, cantar, já fiz ballet, já fiz aula de violão, enfim, várias expressões artísticas, inclusive já fiz artesanato – **00:37**

00:41 – E eu queria envolver a arte nesse projeto; também, porque, antes mesmo de eu fazer jornalismo, eu fiz teatro no Senac de Ribeirão Preto. Conclui o curso, me formei e trabalhei num grupo teatral por três anos, no qual eu conheci pessoas, lugares e me reconheci, redescobri. Pude me conhecer melhor, me testando através dessas expressões artísticas. A gente fazia muitas atividades... através da emoção e a gente usava isso, claro, pro drama, mas antes a gente precisava experimentar. – **01:19**

01:23 – Então, uma das características do teatro é que antes de um ator fazer um papel, ele se prepara para esse papel. Então a gente meio que tinha que viver algumas sensações que não eram nossas e nessas a gente fazia atividade os quais a gente precisava chorar, rir, dançar, pular, cantar... e aí eu pude me redescobrir de forma que eu ia testando meus limites e podia saber do que eu gostava mais, do que eu gostava menos. Eu evoluí como pessoa, como ser humano, evolui dentro da minha casa, com os meus amigos... eu me sinto uma pessoa melhor. Por isso eu escolhi fazer alguma coisa sobre a arte. – **02:06**

02:23 – E aqui, a gente vai falar sobre a arteterapia, que é a terapia através de recursos artísticos; expressões artísticas. Então é uma terapia com um profissional da Psicologia com alguns objetos, como lápis de cor e aí as pessoas podem pintar, podem desenhar, podem usar o drama, dançar, podem fazer papietagem, colagens, reciclagem e até a brincadeira vale, porque a arte, ela tá na gente. Eu já vi uma frase na internet e se eu achar o autor eu vou

colocar aqui, escrito, que é assim: a criança antes de falar, canta; antes de andar, dança... – **03:08**

04:49 – E antes de escrever, ela pinta e desenha. Então a arte, ela tá na gente desde sempre. Inclusive eu escolhi esse cenário, porque acho que a arte e a natureza têm tudo a ver... desde os primórdios e é um lugar que traz paz. As cigarras cantando, é a música delas, a expressão, a linguagem, enfim. E por isso eu escolhi a arteterapia, porque eu queria juntar isso tudo; a psicologia, a arte e a comunicação, porque a terapia nada mais é que uma forma de comunicação com recursos psicológicos que vão fazer, tem o objetivo de fazer você melhorar, ter uma vida melhor. – **05:31**

05:38 – A gente já percebeu que a arte tá na gente desde sempre. As primeiras expressões de linguagem eram desenhos nas paredes das cavernas e isso é muito interessante. – **05:48**

06:16 – Vocês vão conhecer duas arteterapeutas. A Melina Del Arco de Ribeirão Preto e a Luz Lovato de Sertãozinho. Essa pesquisa foi muito importante para mim, principalmente por eu poder conhecer esse recurso que eu pude conhecer mesmo quando eu tava pesquisando alguma coisa que eu queria juntar. Acho importante a gente falar de terapia, porque hoje, nossa geração das doenças psicológicas, a depressão está em todo lugar. Você vê pessoas que você conhece não conhece com depressão. – **06:49**

07:18 – Enfim, é natural. A arte é natureza, tanto que a arteterapia procura sempre usar produtos e elementos da natureza. Ar, fogo, terra e... e água. São os elementos que geralmente se é trabalhado dentro de um consultório arteterapêutico. – **07:39**

07:43 – O legal mais de fazer esse projeto para mim, foi conhecer a fundo essa prática, o qual eu não conhecia, e, claro, conhecer as duas profissionais maravilhosas que me instruíram nesse projeto. E a arteterapia, ela ainda é pouco conhecida, mas ela vem crescendo aí. Eu acho muito legal que a gente possa conhecer pra realmente fazer esse mercado aumentar para que as pessoas possam conhecer melhor e possam optar, talvez, por fazer uma terapia através da arte, porque é difícil falar, é difícil verbalizar nossos problemas e às vezes a gente tem problema que nem mesmo sabemos. Algumas coisas do inconsciente, algumas coisas da infância que a gente pode descobrir na terapia só que é difícil falar, porque às vezes a gente não tem controle, quer dizer, a gente não tem controle da nossa mente. Então o se expressar, é... é mais inconsciente do que consciente. Quando você tá ali, se expressando, você não pensa muito. Você só faz. É quase que um impulso e é nesse impulso do que você cria, que a arteterapeuta vai te ajudar, te instruir, vai tentar ler o que você desenhou, ou o que você pintou, ou o que você construiu para te ajudar e apontar aspectos que talvez você possa melhorar como pessoa, para sua família e arte é isso. Arte traz melhora. Quando você se

expressa é como uma fuga; é como uma autoterapia. Tem gente que gosta de dançar, tem gente que gosta de cantar, tem gente que gosta de tocar. Tudo isso é uma forma da gente poder ter um momento de paz, um momento a sós com a gente mesmo. Então com a arte, ela é o nosso... – **09:36**

09:45 – Então a arte, ela tá na gente, tá no nosso interior. – **09:48**

09:55 – Bom, eu espero que vocês gostem desse projeto, foi muito gratificante, muito gostoso fazer; algo que eu gostei de verdade. Eu quis utilizar a arte, eu quis utilizar a terapia e quis poder mostrar e levar para as pessoas esse método tão eficaz que criança pode fazer, idoso pode fazer e até pessoas em situações especiais como Alzheimer e outros problemas. A arte, ela ajuda, ela... o fato de se expressar é como descarregar suas angústias, seus problemas, até mesmo quando está sozinho, a gente consegue fazer isso, mas é muito importante ter um acompanhamento de uma profissional pra te instruir. – **10:40**

11:08 – Então se você tá angustiado, tá triste, chateado, não sabe o que fazer, compra um livro de pintura, compra tinta, vai dançar, vai cantar, chama alguém para ir na sua casa e vocês fazerem uma brincadeira com música e eu tenho certeza que isso vai aliviar suas aflições, porque a arte. A arte, ela educa, ela expressa... é paz. Eu me tornei uma pessoa muito mais paciente depois que eu fiz teatro e sem contar outros inúmeros benefícios que a arte trouxe para minha vida que eu levei para dentro da minha casa e aplico na minha família. Eu espero sinceramente que você goste desses vídeos e qualquer coisa entra em contato comigo para a gente conversar mais sobre o assunto. Um beijo e tchau – **11:58**

Decupagem de imagem

1º dia (21/08/2019) – Melina Del Arco

Nome do arquivo: **MVI_2686**

00:00 – Peças de barro feitas pela Melina com seu trabalho de cerâmica artesanal “Rosa Terra” expostas em cima da mesa. – **02:05**

Nome do arquivo: **MVI_2687**

00:00 – Estante de bonecos e objetos de uso dos clientes, geralmente com a caixa de areia. – **01:20**

01:25 – Caixa de areia. – **01:33**

01:35 – Mesa com vaso de flores e lousa na frente. – **01:44**

01:48 – Armários com jogos, giz, lápis de cor, livros e outros objetos. – **02:04**

02:07 – Estante com livros e objetos de decoração, pessoais da Melina. – **02:43**

02:51 – Janela. – **02:56**

Nome do arquivo: **MVI_2689**

00:00 – Fonte de conchas. – **01:00**

01:03 – Planta de canto. – **01:06**

01:08 – Janela para a rua. – **01:19**

Nome do arquivo: **MVI_2690**

00:00 – Detalhes da estante de jogos. – **00:23**

Nome do arquivo: **MVI_2691**

00:00 – Escultura de barro/argila. – **00:04**

00:06 – Quadro de mandala. – **00:36**

Nome do arquivo: **MVI_2692**

00:00 – Melina mexendo no armário. – **00:13**

00:14 – Melina colocando lápis de cor, giz pastel e tinas sobre a mesa. – **00:37**

Nome do arquivo: **MVI_2693**

00:00 – Melina abrindo embalagens de objetos para pintar. – **00:07**

00:07 – Giz, lápis de cor e tintas em detalhes. – **01:18**

Nome do arquivo: **MVI_2694**

00:00 – Mandala pendurada. – **00:07**

00:07 – Janela (pássaro passa voando). – **01:14**

00:16 – Volta para mandala. – **00:20**

2º dia (21/10/2019) – Luzia Lovato

Nome do arquivo: **MVI_2700**

00:00 – Plaquinhas de decoração com palavras motivacionais. – **00:07**

00:11 – Mandalas e filtro dos sonhos na parede. – **00:29**

00:31 – Parede desenhada (feita pela Luz). – **00:52**

00:59 – Quadrinhos na poltrona. – **01:39**

02:05 – Mandalas e filtros na outra parede. – **03:00**

03:07 – Objetos para pintar nos carrinhos. – **03:29**

03:32 – Objetos na estante de parede. – **03:54**

Nome do arquivo: **MVI_2701**

00:00 – Quadros de mandalas feito pela luz. – **00:43**

00:54 – Criado mudo com missangas. – **01:02**

Nome do arquivo: **MVI_2702**

00:02 – Escultura de São Jorge, pintada pela Luz. – **00:46**

00:49 – Escultura de santos e anjos (também pintada pela Luz). – **01:09**

01:12 – Esculturas de gnomo e mini Buda. – **01:22**

01:36 – Ovinhos feitos pelos pacientes. – **01:50**

01:51 – Pedra com concha confeccionada por Luz. – **02:08**

02:18 – Molde de barriga de gestante. – **02:50**

Nome do arquivo: **MVI_2703**

00:01 –Objetos na mesinha de canto. – **00:21**

00:27 – Caixas na prateleira de parede. – **00:35**

00:39 – Lápis de cor na cesta. – **01:06**

01:08 – Objetos em cima de umas caixas organizadoras. – **01:16**

Nome do arquivo: **MVI_2704**

00:00 – Plaquinhas com frases na porta. – **00:24**

00:28 – Mandala de pedras no quadro. – **00:41**

00:43 – Filtros dos sonhos pendurados. – **00:51**

00:52 – Objetos em outra mesinha de canto. – **01:02**

01:04 – Escultura de coruja grande e objetos no chão. – **02:08**

Nome do arquivo: **MVI_2705**

00:00 – Armário e objetos em cima dele. – **00:33**

00:40 – Objetos pendurados na janela. – **00:48**

00:31 – Parede desenhada (feita pela Luz). – **00:52**

00:49 – Janela e lado de fora. – **01:03**

Nome do arquivo: **MVI_2706**

00:00 – Detalhes de um quadro feito pela Luz. – **00:45**

3º dia (26/10/2019) – Lorena Vieira

Nome do arquivo: **MVI_2715**

00:00 – Sol sobre as árvores e natureza. – **00:29**

Nome do arquivo: **MVI_2716**

00:00 – Filtro dos sonhos pendurado em um galho. – **00:19**

Nome do arquivo: **MVI_2718**

00:00 – Filtro dos sonhos pendurado em um galho e sol. – **00:21**

Nome do arquivo: **MVI_2720**

00:00 – Pés dançando na grama, em meio a natureza. – **00:24**

Nome do arquivo: **MVI_2755**

00:00 – Lorena caminhando (indo e voltando) sob o caminho das árvores. – **00:42**