



Co-funded by  
the Rights, Equality and Citizenship Programme of  
the European Union

 *fermata d'autobus*



**Rights, Equality and Citizenship Programme – Project N.881583**

**DEEP ACTS**  
**Developing Emotional Education Pathways and**  
**Art Centred Therapy Services against gender violence**

**Deliverable D3.4**

**CURRÍCULO PARA O**  
**LABORATÓRIO PILOTO DE**  
**ARTETERAPIA**

***Atividades para estruturar a intervenção terapêutica  
num grupo de arteterapia, foto-arteterapia em  
Open Studio com pacientes vítimas de abuso e violência***

**Realizado por:**

**Stefania Abbenante, Tommaso Calore (*coordenador*), Raffaella Carola Lorio.**

**Equipa de Investigação:**

**Stefania Abbenante, Tommaso Calore (*coordenador*), Vera Alexandra Gomes Pereira, Raffaella Carola Lorio, Simona Olivieri, Aniello Pedone, Irene Rodríguez Garcia.**

**Oglianico, 25 de novembro de 2020**

*This publication was funded by the European Union's Rights, Equality and Citizenship Programme (2014-2020).  
The content of this publication, represents the views of the authors only and is their sole responsibility.  
The European Commission does not accept any responsibility for use that may be made of the information it contains.*

## **RESUMO**

Introdução	1
1 - A estrutura e as suas funções	2
2 - Organização dos grupos-piloto	6
3 - O conteúdo	9
4 - A metodologia	14
5 - Os materiais	16

## INTRODUÇÃO

O Work Package 3 "Serviços Centrados na Arteterapia" do projeto DEEP ACTS tem entre os seus objetivos específicos o de sistematizar e divulgar ferramentas e métodos específicos para intervenções terapêuticas dirigidas às vítimas de violência baseadas na Arteterapia.

Decidiu-se atingir este objetivo através do desenvolvimento de um currículo e de diretrizes a aplicar num laboratório piloto específico que serviria para testar os materiais metodológicos e, em seguida, passar à sua revisão e validação finais.

O termo Currículo é uma " *Lista de atividades desenvolvidas para estruturar, organizar e projetar a formação, incluindo a definição de objetivos de aprendizagem, conteúdos, métodos e materiais didáticos, incluindo orientações para a formação de professores e formadores*" (Cedefop, Terminologia da Política Europeia de Educação e Formação). Luxemburgo, Gabinete de Publicações da União Europeia, 2014).

A estruturação do presente documento tem por objetivo responder às informações prestada pelo Cedefop - Centro Europeu para o Desenvolvimento da Formação Profissional, que é o centro de referência da União Europeia para o ensino e formação profissional. Fornece informação e análise sobre os sistemas, políticas, investigação e práticas de educação e formação profissional.

Em vez de oferecer um produto metodológico frio, de forma a tornar este resultado mais vivo, decidimos reportar o plano de estudo definido especificamente para o laboratório piloto DEEP ACTS, organizado e gerido pela Fermata d'Autobus, líder do projeto, pois acreditamos que é possível ler o Currículo à luz das suas perspetivas de aplicação. Estamos certos de que aqueles que desejam utilizar a nossa proposta poderão, assim, compreendê-la melhor, de modo a adaptá-la melhor ao seu contexto e propósito.

## **1 - A ESTRUTURA E AS SUAS FUNÇÕES**

Nas intervenções estruturantes em arteterapia e foto-arteterapia dentro de um Open Studio é necessário partir do local e do espaço em que se leva a cabo, a oficina.

Para além da descrição de como estruturar o trabalho em condições normais, algumas alterações serão especificadas em resultado das limitações devido ao estado de emergência sanitária resultante do COVID-19.

Requisitos básicos da oficina:

### Número de pacientes

Para esta tipologia de grupo pode-se trabalhar num espaço com doze pacientes, embora geralmente para um melhor trabalho clínico e de organização seja aconselhável não exceder o limite máximo de oito participantes.

Na sequência da pandemia, é necessário garantir uma distância mínima de 1,5 metros de distância segura entre todos os participantes e o arte-terapeuta.

No nosso caso, depois de avaliar o tamanho do espaço disponível, os laboratórios não podem, portanto, conter mais de cinco pacientes, o arte-terapeuta e um possível estagiário.

### Casa de banho

Deve estar equipada com serviços e uma pia para água corrente.

No seu interior é necessário um dispensador de sabão, um rolo de papel, um caixote do lixo e, um cesto com toalhas e esponjas, para lavar os materiais artísticos.

Nas condições de COVID-19 é necessária a presença de um operador que garanta a implementação e o cumprimento de todos os regulamentos de higiene sanitária exigidos (utilização da máscara, medição da temperatura corporal, desinfeção dos materiais artísticos utilizados).

### Luminosidade e cor

É necessário um lugar com boa luminosidade.

A luz natural é tão importante como a luz artificial, preferindo-se tons quentes, possivelmente ajustáveis para criar diferentes atmosferas, de acordo com os diferentes momentos de trabalho propostos: tempo de trabalho, escuta de música, apresentação, relaxamento, pausa, partilha do trabalho em grupo.

É importante escolher cuidadosamente a cor das paredes do *Atelier*, avaliando qual o tom de cor que é preferível, tendo em conta o clima geográfico presente numa determinada área.

No entanto, em geral, são indicadas cores uniformes, com tons suaves com gradação média.

Considera-se indispensável a presença de uma parede com painéis, que permita desenhar, pintar, criar de pé e que proporciona a oportunidade de exibir as criações durante a partilha de grupo.

### Móveis de atelier

A componente essencial do mobiliário é a presença de uma grande **mesa**, segundo os métodos de intervenção do arte-terapeuta.

A mesa ou tábua de madeira é adequada para oito/dez pacientes no máximo, distribuídos de forma equilibrada em ambos os lados.

Esta mesa deve ser estudada e criada num formato específico para que cada participante possa trabalhar numa folha criativa de tamanho 70X100, ideal para todas as técnicas (especificamente para pintura e colagem).

Além disso, esta disposição promove a união de grupos e a coesão, reforçando a relação entre os pacientes.

Além disso, é importante haver mesas individuais para ajudar os participantes a criarem de forma independente, proporcionando um limite maior, uma margem, um limite de segurança do SELF/EU.

Na era Covid19, é necessária a solução que passa por trabalhar em mesas individuais dispostas em círculo, sempre desde que haja espaço suficiente para manter as distâncias de segurança adequadas.

Uma área do *atelier* deve ser equipada com um ou mais armários, com fecho de chave ou fechadura, tanto quanto o possível com portas de vidro, que permita mostrar o material ordenado do interior, mas sem que este possa ser retirado sem autorização ou danificado.

## DEEP ACTS PROJECT

É também necessário esculpir um espaço para armazenar as criações do laboratório, que com o tempo encontrar-se-ão guardadas em pastas individuais para cada paciente (por exemplo, móveis de madeira com prateleiras abertas no formato 90X120 para prateleira).

Dentro do *atelier* é necessário proporcionar uma zona de conforto, caracterizada pela presença de um ou mais **sofás** e/ou **poltronas** com almofadas e mantas.

Isto permite que os pacientes que entram em dificuldades durante o trabalho permaneçam dentro da sessão de um modo mais nutritivo e protetor.

Naturalmente, para o COVID-19 é necessário que todos estes ambientes sejam limpos e desinfetados após a conclusão de cada laboratório.

No que diz respeito ao mobiliário das paredes, é importante a presença de um relógio e de um calendário que permita ao paciente permanecer orientado dentro da dimensão espaço-tempo do laboratório e facilitar o seguimento das indicações temporais ditadas pelo arte-terapeuta.

No que respeita à decoração, é preferível não encher excessivamente as paredes com quadros, desenhos e fotografias para não influenciar as criações do paciente. É essencial ter um pequeno carrinho no qual se coloque os artigos necessários para servir um breve pequeno-almoço ou um lanche, necessário para uma pausa, de forma a recuperar a energia gasta e para assegurar uma boa dieta alimentar.

Finalmente, é aconselhável ter um armário, estritamente fechado, onde todos os detergentes, higienizadores e produtos de limpeza possam ser armazenados em segurança, para evitar o uso inadequado desses produtos pelos pacientes.

Outros requisitos do Atelier.

Acessórios não indispensáveis, mas recomendados são os abaixo referidos.

### Uma área usada para a fotografia

Equipada com materiais fotográficos básicos, câmara e tripé. Se houver possibilidade uma luz e um pano de fundo. Também é necessário um cabide sobre rodas com roupas diferentes para quaisquer transformações ou disfarces, para que a paciente possa brincar com a sua aparência, oferecendo-lhe a oportunidade de se ver a si própria e de se ver de uma nova forma.

O mobiliário desta área pode ser montado com fotografias escolhidas com o objetivo de antecipar os fundamentos de um futuro trabalho de fototerapia, estimulando o pensamento projetivo.

É evidente que durante a emergência do COVID-19 é aconselhável utilizar luvas para manusear materiais e, em todo o caso, uma atenção geral no cumprimento das normas de higiene e saúde.

### Uma área utilizada para o forno.

Para trabalhar o barro e prateleiras para armazenar as esculturas. Esta área deve, se possível, ser separada de outros espaços, uma vez que a poeira de argila volátil assenta nas superfícies.

### Uma área usada para ler.

Equipada com um armário ou vários armários, com fecho de chave ou fechadura, se possível, com as portas de vidro, permitindo assim que os livros do seu interior sejam vistos, mas que não sejam levados sem permissão ou danificados.

Um livro durante a condução de grupos ou sessões, de facto, pode ter uma função terapêutica e de relaxamento.

Para além dos requisitos físicos e estruturais do *atelier* acima referido, a estruturação do projeto de trabalho é fundamental: um diagrama com uma escala de sequência lógica, de todas as intervenções semanais, durante toda a duração do laboratório.

Isto permite definir micro e macro objetivos a trabalhar durante o próprio laboratório, aumentando o valor terapêutico das reuniões individuais.

Esta organização, no entanto, não impede a liberdade de expressão sem tema, dando espaço à escuta e reflexão sobre temas de vários tipos.

Durante as reuniões é aconselhável criar uma *playlist* com sons naturais e música relaxante, de forma a criar um fundo sonoro que seja agradável de ouvir e que possa favorecer o afrouxamento e redução das tensões individuais e/ou de grupo.

## 2 - ORGANIZAÇÃO DOS GRUPOS-PILOTO

Organizar o trabalho de forma harmoniosa e funcional é a chave para poder criar uma boa base sobre a qual trabalhar, apostando também na antecipação de situações muito difíceis que possam surgir durante a gestão de grupos e que, eventualmente, se traduzam em momentos de stress para os arteterapeutas.

Nos grupos e sessões de arteterapia e foto-arteterapia existem três tempos organizacionais diferentes:

1. A organização do início;
2. A organização do durante;
3. A organização do depois.

Vamos vê-los explicados abaixo.

### 1. A organização do início.

É indispensável que o arte-terapeuta se informe semanalmente sobre o estado clínico dos pacientes, através da comunicação com a equipa de tratamento (por exemplo, quaisquer alterações de terapia podem influenciar o estado de humor no dia-a-dia e também durante a condução do grupo).

No *Atelier* o arte-terapeuta tem as tarefas de:

- verificar se o seu telefone está a funcionar; devem ser feitas chamadas aos colegas, se necessário, quando não houver estagiário para ajudar;
- equipar-se com um *kit* de primeiros socorros essencial, mesmo que seja apenas para pequenas lesões;
- preparar sobre uma mesa, devido ao atual Covid-19, higienizador de mãos, termómetro, uma caixa de luvas e uma caixa de máscaras de reserva;
- organizar os materiais de trabalho, de duas maneiras diferentes, dependendo se há uma única mesa de trabalho ou várias mesas para cada participante. É essencial apresentar os materiais com muito cuidado, atendendo também em relação à sua estética, de forma a favorecer a curiosidade e exploração dos mesmos pelos pacientes;
- montar o carrinho ou a mesa de lanche na mesma base conceptual que a mesa dos materiais criativos. Este aspeto não é negligenciável, especialmente em pacientes com distúrbios alimentares;



- preparar o computador ou outro dispositivo com uma *playlist* de sons naturais e música apropriada, que pode facilitar a condução de alguns grupos ou sessões ou servir como um fundo musical relaxante durante o momento do pequeno-almoço ou do lanche;
- verificar e supervisionar o cumprimento do regulamento de higienização do COVID-19: perto das almofadas do sofá deve haver encostos de cabeça descartáveis e uma caixa contendo lenços.

Para todos os grupos ou sessões, no início dos trabalhos, cada paciente receberá a sua própria caixa de plástico, com uma tampa reciclável e com uma etiqueta personalizada, contendo o seu par de luvas.

Esta atenção serve para manter as superfícies higiénicas, mas também para tranquilizar os pacientes sobre o medo de um possível contágio.

Além disso, em grupos de foto-arteterapia precisam de adicionar uma caixa de plástico específica com tampa pessoal reciclável contendo, para cada participante, um par de luvas, cinco revistas, um rolo de fita adesiva, uma cola e uma tesoura.

Por último, é necessário providenciar, para a segurança física dos pacientes, uma caixa de plástico reciclável sem tampa, onde a tesoura possa ser armazenada em caso de paragem de trabalho; na verdade, é-lhes proibido manusear arestas de corte sem a presença de um supervisor, uma vez que poderiam usá-las indevidamente.

### 2. A organização do durante

O arte-terapeuta no início do ciclo do laboratório tem a tarefa de comunicar aos pacientes o calendário das reuniões, explicando as razões de possíveis ausências em caso de férias ou feriados. Isto serve para tolerar possíveis frustrações e fornecer referências temporais ao trabalho a ser feito em conjunto com elas.

Em cada laboratório, o arte-terapeuta irá propor ao grupo um tema particular, como ponto de partida para a sua obra criativa, deixando sempre a possibilidade de trabalhar livremente.

Durante o trabalho criativo do paciente é essencial que o arte-terapeuta observe cuidadosamente as dinâmicas que são criadas dentro do grupo, pensando com antecedência em quaisquer intervenções terapêuticas a serem realizadas no final do trabalho, para não distrair os pacientes durante a criação.

Durante a oficina, o arte-terapeuta serve um lanche, um pequeno lanche composto por alimentos e bebidas que podem ser levados à mesa, respeitando sempre as medidas de higiene.

No final do trabalho, após um breve intervalo, prepara-se um momento em que os pacientes partilham verbalmente o seu trabalho e os conteúdos expressos artisticamente e as experiências emocionais relacionadas.

Em relação à situação atual, é útil dar informações sobre os procedimentos anti-COVID-19 para realizar o grupo ou a sessão em tranquilidade: instruções sobre como higienizar as mãos, instruções sobre como gerir o seu material e sobre a utilização de luvas. O uso de luvas é necessário durante a escolha dos materiais a utilizar, enquanto o trabalho criativo, na sua própria localização, pode ser feito de mãos livres.

No final do grupo os materiais utilizados são depositados numa única caixa e o arte-terapeuta distribuirá algumas fitas de papel que serão utilizadas para pendurar as criações na parede para o momento de partilha em grupo.

### 3. A organização do depois

No final de cada laboratório é importante armazenar tanto material como digitalmente todos os trabalhos feitos pelos pacientes, para que possam ser reutilizados no futuro.

Além disso, é importante que o arte-terapeuta reanálise mentalmente o progresso do laboratório, compilando um diário clínico e relatando verbalmente, de forma sintética, as suas impressões aos operadores.

No que diz respeito às precauções a tomar para o COVID-19, será da responsabilidade de cada paciente, assistido pelo arte-terapeuta ou pelo estagiário, higienizar a sua caixa.

No final do grupo, o arte-terapeuta, com luvas, deve remover da parede todas as criações de pacientes que, após terem sido colocadas numa mesa desinfetada, devem permanecer no ar antes de serem recolhidos nas pastas apropriadas.

Finalmente, é da responsabilidade do arte-terapeuta desinfetar os móveis e os materiais utilizados durante o grupo, antes de serem recolocados nos seus recipientes.

### 3 - O CONTEÚDO

O objetivo das intervenções acima descritas é proporcionar segurança num espaço que seja expressivo, criativo, estruturado e contido, que responda às necessidades das mulheres vítimas de violência e abuso.

Trauma e abuso deixam feridas muito difíceis de curar, o arte-terapeuta, como qualquer outro terapeuta, tem a tarefa, dentro dos laboratórios, de proporcionar contenção emocional, criando um ambiente seguro no qual os pacientes possam sentir-se bem-vindos e ter o direito de partilhar os seus traumas internos.

Os princípios deste ambiente baseiam-se na função restauradora de um novo cuidado, capaz de encorajar o aparecimento do trauma anterior, primeiro em modo não-verbal, através da criação artística e só mais tarde, após a partilha e elaboração de grupos dentro do cenário, de uma forma verbal.

Através deste mecanismo, os grupos de arteterapia tornam-se ferramentas facilitadoras, pontes que permitem a cura de feridas profundas, que dificilmente seriam alcançadas de outras formas.

O espaço de arteterapia, ou seja, o *Atelier*, torna-se assim um espaço de autoexpressão, um lugar seguro para exprimir e depositar as emoções, através da legitimidade dada pelo "olhar atento" do arte-terapeuta.

Com o passar do tempo, isto criará um clima de confiança e apoio, tanto técnico como emocional, destinado a incentivar a expressão criativa e a desenvolver e aumentar a autoestima dos pacientes. O trabalho centra-se no aspeto do "cuidado", entendido como o cuidado da pessoa.

A possibilidade de se ouvir a si próprio e às suas necessidades de uma nova forma permite o início de uma reconstrução do seu próprio eu.

Neste caminho, é também dada particular atenção ao tamanho do corpo, com o stress dos órgãos sensoriais, para permitir redescobrir e redescobrir a dimensão do prazer, indispensável para amar a si mesmo e aos outros, para a reconstrução de uma nova vida diária mais saudável.

O *atelier*, a mesa de trabalho, os materiais criativos, a bandeja com comida, tornam-se pontos fixos em torno dos quais o arte-terapeuta e todos os participantes giram, criando uma atmosfera que favorece a tranquilidade e o sossego tranquilizador.

O cuidado característico do contexto predispõe-se ao encontro emocional entre

o terapeuta e o paciente e permite uma abordagem afetiva, indispensável para permitir o reconhecimento da dor e permitir a sua expressão dentro do objeto artístico.

Por isso, é desejável ter um ambiente que permita ao paciente sentir um contexto afetivo, o que facilita a sua expressão artística e a consequente elaboração na terapia.

Na abordagem da foto-arteterapia, a utilização de fotografias como catalisadores produtivos torna-se uma ponte de conexão útil: estabelecer contacto com os conteúdos mais profundos do inconsciente graças ao uso de fotografias torna este processo controlável, garantindo um distanciamento seguro e trabalhando metaforicamente através de símbolos.

O caminho da arteterapia, ao longo do tempo, dá a possibilidade de nos livrarmos de feridas profundas que não poderiam ser verbalizadas.

Abaixo será apresentado o esboço dos laboratórios piloto, projetados especificamente para o projeto Deep Acts contra a violência de género, dentro da comunidade "Fragole Celesti" que faz parte do circuito de cuidados da Fermata D'Autobus localizada em Oglianico (TO). Trata-se de um ciclo de 21 encontros em que participam cinco mulheres vítimas de abuso e violência com problemas, tanto psiquiátricos, como de abuso de substâncias.

Estas reuniões terão início a 1 de dezembro de 2020 e terminarão a 11 de maio de 2021 e serão conduzidas pela Dra. Raffaella Carola Lorio em modo *online*, com o apoio da Dra. Stefania Abbenante, que terá o papel de observadora dos grupos em presença.

Os grupos terão lugar, todas as terças-feiras, semanalmente, com duração de 3 horas (das 10:00 às 13:00) para as 10 reuniões de foto-arteterapia e 2 horas e 30 minutos (das 10:00 às 12:30) para as 11 reuniões do "Open Studio" para a arteterapia.

O *atelier*, no qual serão realizados os grupos, é um espaço aberto localizado na estrutura "Fragole Celesti", de modo a garantir a manutenção da necessária distância de segurança entre as participantes e todas as normas sanitárias e de higiene adequadas para o COVID-19.

A partir de meados de março de 2021 estes grupos serão realizados e concluídos dentro de um novo *atelier* e no seu jardim, localizado em frente à comunidade "Fragole Celesti".

Antes do início do projeto e em particular antes do início dos grupos de foto-arteterapia, será enviada uma carta de apresentação a todas as participantes pedindo-lhes que procurem fotografias que tenham um valor afetivo e emocional; estas fotos podem ser autorretratos (selfies), retratos, fotos de família, fotos de animais ou quaisquer fotos que gostem e que tenham tirado e preservado ao longo das suas vidas.

No caso extremo de os participantes não terem fotografias com eles ou não as conseguirem recuperar, é-lhes pedido que utilizem as fotografias que têm nos seus telemóveis ou nas redes sociais (por exemplo, Facebook).

As fotografias que escolherem devem ser todas impressas, preferencialmente a cores, para poderem trabalhar durante os grupos, com quaisquer alterações ou manipulações.

Durante as 21 reuniões, o Dr. Abbenante terá a tarefa de elaborar e compilar um diagrama observacional para cada participante, que compreenderá as seguintes áreas: autoconsciência, relação com a outra, participação, respeito pelas regras, criatividade e utilização do corpo. Isto será utilizado na fase final da investigação para a elaboração de quaisquer estatísticas de observação.

Além disso, tanto no final dos dez grupos de foto-arteterapia como após os 11 grupos de arteterapia de espaço aberto será entregue um questionário de satisfação às participantes (num total de dois questionários de satisfação), a fim de atribuir um índice de qualidade na fase final da investigação.

Além disso, no final de cada grupo, o trabalho realizado pelas participantes será reproduzido e preservado, isto servirá também para apresentação do trabalho realizado nos grupos-piloto.

Todo o material fotografado e armazenado será autorizado pelas pacientes devido ao consentimento de uma renúncia à privacidade que cada uma assinará.

O calendário detalhado dos grupos-piloto encontra-se abaixo detalhado.

### **Grupos de foto-arteterapia**

Os grupos são dez: seis desenvolvidos com a técnica da colagem, quatro desenvolvidos com a técnica das fotos projetivas.

Um tema é recomendado em cada grupo, mas isso não exclui a possibilidade das participantes seguirem a sua liberdade de expressão sem qualquer obrigação ou imposição forçada.

## DEEP ACTS PROJECT

Cada participante, nos grupos desenvolvidos com a técnica de colagem, devido ao COVID-19, receberá uma caixa, com uma tampa de plástico reciclado, com autocolante com o seu nome escrito contendo cinco revistas, uma tesoura, uma pequena cola e um par de luvas.

Os temas são os abaixo apresentados.

**1.12.2020 1. O autorretrato** Desenvolvido com *a técnica de colagem*.

**15.12.2020 2. O meu lugar seguro** Desenvolvido com *a técnica de colagem*.

**22.12.2020 3. O Natal** Desenvolvido *com a técnica das Fotos Projetivas*.

**12.01.2021 4. A minha Família** Desenvolvido com *a técnica de colagem*.  
Inserindo, para aquelas que desejem as suas próprias fotografias.

**19.01.2021 5. Gostaria de expressar os meus desejos dos mais simples e àqueles que eu sei que trabalhando em mim, tentarei torná-los possíveis.** Desenvolvido com *a técnica de colagem*.

**26.01.2021 6. A minha colagem** Desenvolvido com *a técnica de colagem*.  
Use uma, todas ou quantas fotos quiser, integrando-as com outras, se assim o desejar.

**02.02.2021 7. Os relatórios** Desenvolvido *com a técnica das Fotos Projetivas*.

**09.02.2021 8. Amar e Amor** Desenvolvido com *a técnica de colagem*, inserindo para aqueles que desejem, as suas próprias fotografias.

**16.02.2021 9. Reflexões sobre o corpo** Desenvolvido *com a técnica das Fotos Projetivas*

**23.02.2021 10. Autocuidado** Desenvolvido *com a técnica das Fotos Projetivas*

### **Grupos de Open Studio**

Os temas são:

**2.03.2021 11. As cores**

**9.03.2021 12. Felicidade**

**16.03.2021 13. Lentidão**

A partir desta data até 11.05.2021, o trabalho também pode ser integrado com a ecoterapia porque, se o COVID-19 permitir, a Dr.<sup>a</sup> Lorio poderá regressar ao trabalho presencial e porque as temperaturas serão mais quentes.

**23.03.2021 14. A Mulher**

**30.03.2021 15. O Pai**

**6.04.2021 16. O sentido "o tato"**

**13.04.2021 17. O sentido "o paladar"**

**20.04.2021 18. O sentido "o olfato"**

**27.04.2021 19. O sentido "a visão"**

**4.05.2021 20. O sentido "a audição"**

**11.05.2021 21. A terra e o ecossistema**

## 4 - A METODOLOGIA

A metodologia utilizada na nossa Associação, Fermata D'Autobus, concebida pela nossa arte-terapeuta Raffaella Carola Lorio, aplica os princípios da Arteterapia seguindo algumas bases teóricas de vários pioneiros importantes.

Ao longo dos anos, desenvolvemos um modelo de cenário arteterapêutico baseado em alguns princípios do "Open Studio" acima descritos, desenvolvendo, ao longo do tempo, metodologias aprendidas na Associação Americana de Arteterapia, da qual a Dr.<sup>a</sup> Lorio é membro.

Durante grupos ou em sessões individuais, utilizamos estratégias que se referem a técnicas de *mindfulness*, úteis para concentrar o corpo e a respiração com um fundo de sons para treinar o corpo ao conceito de aqui e agora e, depois passar para dicas de ecoterapia com despertar sensorial do corpo para não esquecermos o nosso corpo também em relação à natureza que nos rodeia.

Pensando no método da palavra, faz-se referência a uma única palavra acima referida: "cuidado" que é a chave de tudo o que se desenvolve à sua volta.

O cuidado dos pacientes ajuda-os a realizar, dentro do grupo e da sessão, um trabalho criativo da expressão de elementos traumáticos profundos, que é cuidado tanto dentro da partilha de grupo no laboratório como, posteriormente, graças à contenção da equipa de tratamento, por operadores comunitários e dentro da psicoterapia individual.

O método pelo qual os laboratórios de foto-arteterapia são estruturados baseia-se principalmente nas cinco técnicas descritas pela Dr.<sup>a</sup> Judy Weiser, em particular a que se refere a fotos projetivas, às quais a técnica de colagem é adicionada.

A técnica fotográfica projetiva é usada porque os pacientes gostam muito e é capaz de estimular a imaginação, a investigação, a concentração ativando dinâmicas de grupo interessantes.

Durante esta técnica, acrescentar um convite à escrita permite entrar em contacto com a parte mais contemplativa do Eu.

O trabalho com colagens é uma técnica muito útil, prática e versátil. A colagem é criada tanto a partir de imagens encontradas em revistas como de imagens pessoais, que são coladas em papel de diferentes tamanhos e cores, com possível integração de materiais produzidos em laboratórios de arteterapia.



## CURRÍCULO PARA CURSOS PILOTO DE ARTETERAPIA

As colagens focam-se em temas livres ou propostos pelo terapeuta. Esta técnica permite a expressão de partes profundas de si mesmo, inacessíveis a um nível exclusivamente verbal, com formas muito imaginativas e interessantes.

## 5 – OS MATERIAIS

Os materiais necessários para o Open Studio e para as sessões de arteterapia são (algumas quantidades são indicadas em excesso como se todos usassem a mesma técnica e como se 15 pacientes participassem):

- Para COVID-19:
  - o um desinfetante para superfícies;
  - o um higienizador para as mãos;
  - o um termómetro;
  - o uma caixa de luvas;
  - o uma caixa de máscaras;
  - o 15 caixas com tampas de plástico reciclável para segurar as luvas e os materiais de cada paciente;
  - o 15 caixas com tampa de plástico reciclável para cada paciente que conterão cinco revistas, uma cola pequena, uma tesoura (isto é para o Grupo foto-Arteterapia);
  - o uma caixa;
  - o 15 cestos de plástico recicláveis para segurar um copo e uma tigela para guloseimas doces ou salgadas;
- 15 panos de pano para escovas secas;
- quatro esponjas para lavar;
- dois trapos;
- três panos para lavar no chão;
- um pau para os trapos a lavar no chão;
- um rolo de papel para secar superfícies e secar as mãos;
- uma resma de folhas A4 coloridas;
- 60 folhas para cada cor no formato 70X100 (usado especificamente para colagens de foto-arteterapia, calculadas para um mês se todos quisessem);
- 60 folhas brancas no formato 70X100 (usadas especificamente para colagens de foto-arteterapia, calculadas para um mês se todos quisessem);
- 15 tesouras;
- uma cola grande, vinavil, 1Kg;
- 15 colas pequenas a serem inseridas em cada caixa pessoal;
- 15 colas pequenas 100gr;
- 15 lápis;
- 15 borrachas;
- oito afias de lápis;
- quatro caixas de lápis de cor;
- quatro caixas de lápis de cera coloridos, de óleo;
- quatro caixas de canetas de feltro simples;
- quatro caixas de marcadores grandes;
- seis temperas, com cores primárias;
- 60 pincéis, pequenos médios e grandes, 15 de cada tipo;
- 80 revistas de vários géneros, de modo a que haja cinco para cada paciente;
- uma caixa com vários tecidos;
- uma caixa com fios, várias fitas;
- uma caixa com moldes de animais, corações, símbolos com tintas;

## CURRÍCULO PARA CURSOS PILOTO DE ARTETERAPIA

- isenções de privacidade para arquivos e publicações sociais;
- um computador;
- uma impressora;
- papel fotográfico, três caixas para cada formato 10x15, 18x24, 24x30;
- três tablets (adicional);
- uma fotocopadora extra;
- quatro câmaras digitais simples;
- um cavalete;
- um pano de fundo (extra);
- isenções de privacidade para sessões, de fotografias comerciais, reprodução para arquivo e social.