

O PAPEL NA TERAPIA PELA ARTE

Maria Júlia Valério, Ph.D.

Psicóloga

Coordenadora do Serviço de Psicologia do Centro Hospitalar de Vila Nova de Gaia / Espinho

mjuliavalerio@gmail.com

RESUMO

Apresentamos nesta comunicação a experiência da utilização do papel num atelier de expressão criativa de índole psicoterapêutica, no contexto de um hospital público português.

Neste atelier o papel é reciclado e assume três funções: suporte de expressão criativa, recurso para a abordagem psicoterapêutica e obra de arte.

Caracterizamos os objetivos do atelier, os seus princípios orientadores e a relevância da utilização de material reciclado.

Refere-se a importância terapêutica da criatividade, o papel enquanto catalisador do processo criativo e os paralelismos entre dar nova vida ao papel e a transformação pessoal pretendida com a utilização do mesmo em contexto psicoterapêutico.

Apresentam-se algumas das obras produzidas no atelier e que se encontram a adornar as paredes do hospital. Estas obras são, para além de objetos esteticamente agradáveis, promotoras de um outro olhar sobre o papel.

PALAVRAS-CHAVE

papel, psicoterapia , criatividade, arte, reciclagem

ABSTRACT

In this communication the experience of the use of paper in a workshop of creative expression with psychotherapeutic aim, in the context of a Portuguese public hospital is presented.

In this workshop the paper is recycled and assumes three functions: as a creative expression support, as a resource for the psychotherapeutic approach and as a work of art.

The objectives of the workshop, its guiding principles and the relevance of the use of recycled material is presented.

There's a reference to the therapeutic importance of creativity, to paper as a catalyst for the creative process and the parallels between giving new life to paper and the intended personal transformation of a psychotherapeutic context are recognized..

Some of the works produced in the workshop, always used as an ornament in the hospital walls, are presented. We consider them to be not only aesthetically pleasing objects, but also the promoters of an alternative look at the paper.

KEYWORDS

paper, psychotherapy, creativity, art, recycling

A experiência que relatamos nesta comunicação fala-nos do papel enquanto suporte de expressão criativa, enquanto recurso para a abordagem psicoterapêutica e enquanto obra de arte.

APRESENTAÇÃO

O atelier de expressão criativa do Grupo de Intervenção para a Integração na Comunidade do Hospital de Dia do Serviço de Psiquiatria do Centro Hospitalar de Vila Nova de Gaia/Espinho (hospital público português), tem objetivos psicoterapêuticos. Cada sessão tem a duração de cerca de 2 horas e 30 minutos e funciona sob a forma de grupos abertos de 8 utentes selecionados em função de critérios de benefício clínico, motivação e disponibilidade.

Os utentes têm mais de 18 anos, são de ambos os sexos, não apresentam restrições graves da motricidade (nomeadamente fina), nem alterações comportamentais que comprometam o funcionamento grupal ou que os incapacitem para a o exercício de uma atividade durante um período de 2 horas a 3 horas.

PRINCÍPIOS ORIENTADORES

Todos os indivíduos tem um potencial criativo. Nem sempre desenvolvido e poucas vezes reconhecido. Até pelo próprio. Temos medo de tarefas novas, de pensar diferente, de ousar não ser como todos os outros.

Sabemos que os grupos são potencializadores da criatividade. Sobretudo se reunidos num contexto propiciador e incentivador. Se o outro ousa, eu também sou capaz de ousar. Se a minha ousadia criativa é legitimada, então o medo do julgamento alheio esbate-se.

A criatividade é libertadora. Fazer diferente é afirmar a nossa individualidade, é reconhecer aquilo que nos distingue de todos os outros. É obter reconhecimento na e pela diferença.

Esses são os princípios e objetivos que norteiam o atelier de expressão criativa.

O GRUPO

DINAMIZAÇÃO/ORIENTAÇÃO DO GRUPO – levada a cabo por uma psicóloga, com ocasional colaboração de co-orientador. Este co-orientador poderá ser um utente dos serviços do Centro Hospitalar de Vila Nova de Gaia/Espinho ou um convidado cujas habilidades criativas o habilitem à monitorização da atividade.

ATIVIDADES – As atividades são variadas, mas sempre de índole criativa, procurando-se que não se repitam ao longo das sessões. Todos os elementos do grupo desenvolvem a mesma atividade, havendo, no entanto, a preocupação em fomentar a expressão individual e a diferença.

MATERIAIS: Os materiais são parcialmente fornecidos pelo CHVNG/E. Procuramos também mobilizar os utentes para a participação ativa, contribuindo com recursos a que tenham acesso e que não comportem esforço económico substancial. Sempre que possível utilizam-se materiais recicláveis, nomeadamente papel e tecido. A comunidade hospitalar é também envolvida no processo de recolha dos materiais recicláveis.

OBJETIVOS

- Melhorar a qualidade de vida
- Possibilitar a expressão e elaboração emocional através da criação
- Melhorar o auto-conhecimento
- Aumentar a auto-estima
- Desenvolver o potencial criativo
- Desenvolver competências emocionais e cognitivas que poderão facilitar a integração social (nomeadamente a nível familiar e profissional)
- Desenvolver competências de partilha e vivência grupal
- Sensibilizar para os problemas ambientais, e promover atitudes e comportamentos ecologicamente responsáveis através da utilização de materiais reciclados.

RECICLAGEM

Temos privilegiado a reciclagem, no que à escolha dos materiais diz respeito, por duas ordens de razões: porque pretendemos promover atitudes e comportamentos ecologicamente responsáveis e porque se trata de recursos de mais fácil acesso, não comportando dispêndios financeiros de monta.

REPLICAÇÃO:

A ideia é replicar os nossos ateliers em casa dos intervenientes. Que cada um dos participantes não se limite à criação no contexto do atelier hospitalar. Que em suas casas ou na coletividade, na família e com os amigos, replique o que entre nós acontece.

PARTIPAÇÃO

Os produtos artísticos resultantes do atelier são frequentemente utilizados no adorno das instalações hospitalares, contribuindo para tornar o ambiente acolhedor e amigável e, ao mesmo tempo, dar visibilidade à criatividade dos participantes no atelier. Procura-se desenvolver o sentimento de pertença grupal e institucional, fazendo com que o contexto hospitalar seja vivenciado como pertença dos utentes, logo algo a conservar e acarinhar.

O PAPEL

O papel tem sido o material mais utilizado nas atividades do atelier de expressão criativa. Todos reconhecem que a partir do momento em que o passamos a utilizar na construção das nossas “obras” o olhar que sobre ele recai nunca mais foi o mesmo. Deixou de ser “lixo”, quando esgotada a sua função original, e passou a ser fonte contínua de inspiração.

Dar uma nova vida a cada um dos nossos utentes, dando novo destino ao papel (e a outras matérias recicláveis) tem sido e continuará a ser um nosso desígnio. São aliás extremamente curiosas as metáforas verbalizadas durante o processo criativo, em que o paralelismo entre a transformação do papel e a dos utentes é estabelecida: “quem diria que se ia ser tão útil?”; “parecia frágil, mas em conjunto é muito resistente”, “nunca se deita ao lixo... há sempre uma nova utilidade...”

Todas as obras produzidas são expostas. Sendo facilmente detetável que resultam da reciclagem de materiais, é a consciência ecológica de quem os observa, que também estaremos a promover.

É igualmente nosso objetivo envolver a comunidade hospitalar no projeto, e implicitamente na reciclagem. Todos os que trabalham no hospital são convidados a contribuir para os nossos projetos trazendo os papéis, as caixas, as revistas que iremos transformar.

Com velhas caixas de bolachas, arrecadadas através de um processo de recolha publicitada numa parede do hospital, construímos uma cidade.



Os caixotes que transportaram medicamentos hospitalares serviram-nos para construir um “jogo das emoções” que desafia as crianças na sala de espera do Serviço de Pedopsiquiatria.



Na parede branca da copa, tampas de caixas de sapatos são molduras de um inspirador painel de velhas fotografias que nos acompanha durante as refeições.



Na sala de espera dos adultos tubos de cartão à volta dos quais, no passado, houve tecidos enrolados, são hoje, devidamente adornados a papel, uma instalação presente na sala de espera do edifício de Saúde Mental.



O Papel, em séria comunhão de destino com o tecido, inspirará muitos outros trabalhos.



E continuará a permitir-nos criar novas ideias, descobrir novos caminhos, partilhar o nosso sentir.

Às mãos mágicas que transformam o velho papel em arte, ele devolve com a grandeza de as fazer felizes.