

101 FERRAMENTAS TERAPÊUTICAS EM PSICOLOGIA

**A melhor ferramenta terapêutica do mundo
e outras 100 para diferentes fases do ciclo da vida**

101 FERRAMENTAS TERAPÊUTICAS EM PSICOLOGIA

**A melhor ferramenta terapêutica do mundo
e outras 100 para diferentes fases do ciclo da vida**

Autora • Revisora Geral

Kallila Barbosa

Autores

Daniela Rita de Souza, Iana Santos da Silva,
Júlia Viana Santos, Anderson Almeida Chalhub



2019

© Todos os direitos autorais desta obra são reservados e protegidos à Editora Sanar Ltda. pela Lei nº 9.610, de 19 de Fevereiro de 1998. É proibida a duplicação ou reprodução deste volume ou qualquer parte deste livro, no todo ou em parte, sob quaisquer formas ou por quaisquer meios (eletrônico, gravação, fotocópia ou outros), essas proibições aplicam-se também à editoração da obra, bem como às suas características gráficas, sem permissão expressa da Editora.

Título | 101 Ferramentas Terapêuticas em Psicologia
Editora | Fernanda Fernandes
Projeto gráfico e diagramação | Rafaela Deiró
Capa | Fabrício Sawczen
Revisora Ortográfica | Thaís Alvarenga
Conselho Editorial | Caio Vinícius Menezes Nunes
Itaciara Lazorra Nunes
Paulo Costa Lima
Sandra de Quadros Uzêda
Silvio José Albergaria da Silva

Dados Internacionais de Catalogação-na- Publicação (CIP)

C397 101 ferramentas terapêuticas em psicologia / Kallila Barbosa, coordenação geral. – Salvador : SANAR, 2019.

200 p. ; 16x23 cm.

ISBN 978-85-5462-158-2

1. Psicologia. 2. Ferramentas terapêuticas (Psicologia). I. Barbosa, Kallila, coord.

CDU: 159.9

Elaboração: Fábio Andrade Gomes - CRB-5/1513



SANAR

Editora Sanar Ltda.
Av. Prof. Magalhães Neto, 1856 - Pituba,
Cond. Ed. TK Tower, sl. 1403.
CEP: 41810-012 - Salvador - BA
Telefone: 71.3497-7689
atendimento@editorasanmar.com.br
www.editorasanmar.com.br

Sobre os Autores

Anderson Almeida Chalhub

Mestre em psicologia pela Universidade Federal da Bahia, graduado como Psicólogo em 2001 pela Universidade Federal da Bahia, especialista no atendimento a casais e famílias pelo Instituto Humanitas, psicólogo clínico, adorador da vida e missionário do Amor, professor de graduação, pós-graduação desde 2004.

Daniela Rita de Souza

Pós Graduada em Docência em Ensino Superior pela Faculdade Maria Milza - FAMAM. Graduada em Psicologia pela Universidade Federal do Recôncavo da Bahia, com ênfase em Saúde e Educação. Formação em Atendimento na Prática Infantil pelo Instituto Viva Infância. Atualmente atua na Clínica Infanto-juvenil e é professora do curso de Medicina da Faculdade de Tecnologias e Ciências - FTC de Salvador. Experiência no Centro Especializado de Assistência Social.

Iana Santos da Silva

Psicóloga, facilitadora de dinâmicas grupais, aluna especial do Mestrado em Psicologia pela Universidade Federal da Bahia. Especialista em Gestão de Políticas Públicas para Gênero e Raça, pelo Núcleo de Estudos Interdisciplinares sobre a Mulher (Universidade Federal da Bahia) e em Saúde Mental, com ênfase em Drogas, Família e Comunidade, pela Faculdade de Tecnologia e Ciências. Atuante nas Políticas Públicas de Saúde e Assistência Social, além do atendimento clínico psicoterapêutico individual e em grupo.

Júlia Viana Santos

Psicóloga escolar e clínica. Pós-graduada em Psicologia Sistêmica e Familiar pelo Centro Universitário Jorge Amado (Ba). Graduada em Psicologia pela Faculdade Ruy Barbosa (Ba). Formação em Terapia Cognitiva pela Logos - Centro de Terapia Cognitiva de Salvador. Pós-graduada em Neurociências e Comportamento pela Pontifícia Universidade Católica do Rio Grande do Sul (PUCRS). Atualmente é psicóloga escolar do Colégio Oficina (Ba) e atua na clínica. Experiência como psicóloga hospitalar.

Kallila Barbosa Queiroz de Santana

Mestre em Educação e Contemporaneidade pela Universidade do Estado da Bahia. Graduada em Psicologia pela Universidade Federal da Bahia. Experiência em Docência em níveis de graduação e pós graduação, Psicoterapia, Perícia Psicológica, Assistência Técnica, Supervisão e Mentoria Profissional.

APRESENTAÇÃO

KALLILA BARBOSA

"Os cientistas dizem que somos feitos de átomos, mas um passarinho me contou que somos feitos de histórias."

==== - *Eduardo Galeano, escritor uruguaio.*

Siim, você está com a melhor ferramenta do mundo! Mas, ao contrário do que imagina, a maior e melhor ferramenta de trabalho não é esse livro que agora está em suas mãos: é você! E começar a apresentação dessa obra te (re) lembrando isso é fundamental para que encare esse tempo que teremos juntos nessa seção como uma renovação de votos do seu lugar e papel de terapeuta.

Você lembra o porquê escolheu estar nesse lugar?

Começar por sua motivação, pelo seu porquê, é essencial para que esse livro, de fato, cumpra sua missão: agregar no cumprimento de seu propósito no mundo. E, desde já, te digo que não compartilho da ideia de que viemos vocacionados à profissões; mas acredito profundamente que nosso coração ferve por algo além de nós mesmos, algo que queremos levar a esse mundão! No lugar de terapeutas, o cuidar de pessoas vem aí como caminho de cumprimento de propósito para os que ousam, de propósito, pensar sobre isso. Muitas vezes, convocamos nossos clientes, pacientes, sujeitos, ou seja lá como você nomeie quem contrata seus serviços, sobre seus motivos, mas agora é você quem está sendo convocada(o) a pensar sobre o que faz você estar nesse lugar. E também o que faz você querer seguir. Começo por aqui, pois, se não temos clareza dessa resposta, do nosso porquê, é bem provável que a

gente tome, muitas vezes, caminhos equivocados, que não saibamos escolher ou discernir a oportunidade de distração. Como um guia, nosso propósito é bússola. Afinal, a gente também precisa saber para onde quer ir, não só onde queremos levar nosso cliente.

Quando falamos de motivação, de nosso porquê, precisamos ter muito cuidado para não ficar no óbvio, pairando na superficialidade. De maneira geral, as pessoas se esquivam de profundidades: águas, relações, reflexões. Descer um pouco mais requer força, coragem e também motivo, mais uma vez. Sim, um motivo para procurar o motivo! E aqui, penso que posso te ajudar:

O motivo para você procurar motivo pode ser o de ser o melhor terapeuta que puder, ajudando as pessoas a serem também melhores que quando te encontraram pela primeira vez. Eu penso que esse é um motivo e tanto para que você ouse nas profundezas e se encontre com seu motivo. Acredite, a motivação para cuidar de pessoas, isso que você escolheu, deve ser algo muito, muito pessoal e só em um encontro profundo, você se (re)conectará com o seu porquê.

Eu sei que deveria usar o espaço para te apresentar essa obra. Contar-te da honra que senti quando na oportunidade de reunir pessoas em quem acredito profundamente para produzir e apresentar essas **100 ferramentas que agora são também suas**; eu deveria compartilhar com você a alegria que experimentei pelo aceite de cada um deles (lembro de meus dedos cruzados a cada ligação!); narrar para você como foi agridoce preparar esse material que me dividiu por parecer, de um lado, técnico e metódico em demasia e, de outro, organizador. Eu poderia usar esse espaço para narrar sobre o quanto é, para mim, ousada a possibilidade de publicar um livro que não tenha uma ancoragem teórica específica, mas que arrisca em uma perspectiva mais integrativa, entendendo que o grande foco do trabalho especializado do terapeuta deve ser pessoas e suas vidas cotidianas, não escolas psicológicas. Eu deveria te dizer que fez muito sentido dividir esse material por fases de desenvolvimento humano e

que essas categorias podem ser usadas em diferentes contextos de atuação. Deveria revelar que em cada capítulo, os autores descortinarão possibilidades de intervenção e expansão de consciência, sua e de seu cliente, e que você perceberá o tanto que o Amor, com letra maiúscula, bordou cada um dos capítulos. Isso é o que normalmente se espera de uma apresentação. Mas não seria eu, não é o que eu espero apresentar.

Lembra que falei, no início de nosso papo aqui, que desejo muito que esse seja um tempo de renovação de votos? Então, na apresentação dessa obra, o que quero mesmo é apresentar a possibilidade de ser o melhor terapeuta que puder, e não há outro caminho: (re)conexão com seu propósito! E quando digo reconexão, não descoberta, é por acreditar que nosso propósito é sermos nós mesmos, e a gente já soube viver isso lá na infância. Mas, na medida em que a gente foi crescendo, que foi internalizando um monte de "não pode", outro tanto de "não é certo", a gente foi se desconectando, funcionando mais para o que esperam de nós do que pelo que somos. **Por que você é terapeuta?**

Bom, para cumprir o que realmente desejo nesse espaço, escolhi te ajudar a **sistematizar você, a melhor ferramenta do mundo!** Então, a verdade é que escolhi que a apresentação dessa obra linda de ferramentas te apresentasse a você mesmo, te convocasse a olhar para você, pensar e escrever sobre você. Serão 24 questões com o foco em você. Eu não tenho dúvida alguma que, depois dessa apresentação, usar as ferramentas incríveis que estão nessa obra, vai fazer muito mais sentido, pois elas serão usadas de e por propósito.

Pegue aí um lápis e Vuuuumbora!

1. Hoje é um dia histórico, dia de renovação de votos do seu lugar e papel de terapeuta. Então, anota aqui o dia de hoje, futuramente fará muito sentido saber quando você (re) começou!

2. Você pode completar essa frase para mim?

O mundo seria melhor se _____

3. Já que esse é o seu mundo melhor, imaginemos que você terá um minuto de atenção de todas as pessoas; que fará um pronunciamento de um minuto numa rede mundial. O que vocêalaria nesse um minuto (aqui eu gostaria muito que você preparasse o texto e gravasse, primeiro para saber se tem um minuto em média, depois para que tenha isso para a posteridade)?

4. Por que falar sobre isso é tão importante para você?

5. Qual a reflexão quer gerar nas pessoas a partir de sua mensagem?

6. **Eu acredito que somos feitos de histórias. Quando você estiver com 80, 90 anos, qual história quer contar para os seus? Qual o legado que quer deixar? A partir do que quer ser lembrado?**

7. **E se não houvesse grana no mundo, ou se o sustento não fosse um grande motivo de nosso fazer, o que você faria, por escolha?**

8. **Você poderia descrever três momentos em que você experimentou uma sensação incrível de "Uau, eu estou no meu melhor"?**

a) _____

b) _____

c) _____

9. **Você consegue identificar o porquê em cada um desses momentos que você se sentiu tão extraordinário?**

a) _____

b) _____

c) _____

10. **No que você é muito bom, faz muito bem?**

11. O que está disposto a abrir mão para levar a sua mensagem, aquela lá do item 3, ao mundo?

12. E o que você não está disposto?

13. Agora uma pergunta que já te fiz lá em cima, mas com espaço para que você escreva: Por que você é terapeuta?

14. Quais são seus maiores obstáculos nesse lugar e papel de terapeuta? Vamos listar cinco, pelo menos:

- a) _____
- b) _____
- c) _____
- d) _____
- e) _____

15. E sobre seus medos, escreve aqui, se não mostrar para ninguém, ninguém verá! Mas escrever, acredite, vai te ajudar com eles:

a) _____

b) _____

c) _____

d) _____

e) _____

16. E sobre seus pontos fortes? Quais são suas potencialidades, habilidades e qualidades nesse lugar e papel? Vamos listar cinco também:

a) _____

b) _____

c) _____

d) _____

e) _____

17. Dos obstáculos descritos no item 14, gostaria que pensasse em uma solução para cada um deles. Veja, nesse momento eu não te pedi o "como" solucionar, mas "o quê" seria uma solução, certo?

a) _____

b) _____

c) _____

d) _____

e) _____

18. Do que foi pensando de solução, o que mais foi possível para você em curto prazo (apenas uma solução das descritas)?

19. E como você faria isso?

20. E o que te impede de fazer?

21. Quem é, para você, uma inspiração para ser terapeuta? Descreva as características dessa pessoa:

22. Quem é você, uma inspiração de terapeuta para outros terapeutas?

23. Qual a diferença da pessoa descrita no item 21 da do item 22?

24. Quando você será essa pessoa que te inspira?

Uau! Sei que apesar de parecerem objetivas as perguntas, essa não é uma tarefa fácil. Reduzir em palavra um universo de possibilidades que fica num baile em nosso "juízo" e que explode diante de cada provocação em forma de questão requer de nós uma porção de disciplina, outra de comprometimento e uma terceira de coragem! Lembre-se, as respostas podem estar definidas, mas não são definitivas. **Arrisque-se, não perca a oportunidade de (re)pensar sobre você, sobre seu fazer, sempre. Até quando fizer sentido!**

Agora que você dedicou um tempo para estudar a melhor ferramenta de trabalho do mundo, que se ocupou em pensar como a sua história pode significar o seu fazer e o quanto o mundo pode se beneficiar quando você se reconecta com seu propósito, tenho certeza que fará uso desse livro de uma forma poderosa. **Sorte a sua. Sorte a do seu cliente. Sorte a do universo.**

Para (in)concluir esse espaço, ainda pensando sobre aperfeiçoar e tornar potente a melhor ferramenta do mundo, escolhi deixar aqui sete dicas para você:

1. **Comprometa-se.** Para mim, há uma diferença muito grande entre querer ser um bom terapeuta e se comprometer em ser um bom terapeuta. Aqui, querer não é poder.
2. **Esteja atento ao seu propósito.** Atenção para todas as coisas: teoria, relações, oportunidades. Tenha clareza de seu motivo, se você se perde dele, muda tudo, inclusive o que justifica suas escolhas.
3. **Seja íntegro.** Assuma quem você é. Algumas pessoas não estarão com você por isso, e outras estarão também por isso. E está tudo bem.
4. **Persista.** Vão existir obstáculos e não serão poucos. Mas quem tem um motivo, um porquê, enfrenta qualquer como.
5. **Esteja aberto.** Nem sempre o que você entende como o certo agora fará sentido para você amanhã. As coisas podem estar definidas, mas não são definitivas.
6. **Cuide de sua energia.** A gente se preocupa muito em ofertar energia, mas negligencia o nosso abastecimento. Quais são as formas que você pode se nutrir do que quer oferecer? Isso vale para as relações que a gente estabelece.
7. **Seja de e por propósito.** Ter intencionalidade no fazer e ser protagonista da própria história é fundamental para que possamos convocar o outro para assumir esse lugar e papel.

Bom, apresentação finalizada.
Agora é com você.
Vai lá e escreve a sua história, de propósito, por propósito.

SUMÁRIO

1. A infância	15
Ferramentas	21
2. A Adolescência	49
Ferramentas	55
3. Adultecer	83
Ferramentas	89
4. Tornar-se casal e/ou famílias	117
Ferramentas	121
5. Envelhescência	151
Ferramentas	159

A infância 01

DANIELA RITA DE SOUZA

Muita coisa acontece quando uma criança está brincando, além de se divertir, ela está ocupada pesquisando, experimentando, se expressando e conhecendo o mundo dentro e fora de si.

— — — — — - Daniela Rita de Souza, Psicóloga Infantil

Ser psicóloga infantil foi uma decisão quase que visceral na minha trajetória acadêmica, escolhi e fui escolhida ao mesmo tempo a assumir o que fazia os meus olhos brilharem dentro da psicologia. Nunca quis ser apenas uma profissional que cumpria seu papel burocrático com o cliente, ganhar dinheiro e ir para casa com sentimento de “dever cumprido”. Desejava mais que isso, queria fazer diferença na vida das pessoas e especialmente na história das crianças e suas famílias. Quando pensei em trabalhar com essa fase de desenvolvimento, a ideia era que se mudasse o começo da história, mudaria a história toda. E no caminho percebi que não poderia fazer nada sozinha, apenas com minha capacidade técnica ou teórica, precisava do comprometimento dos cuidadores e da família como um todo para ter acesso a transformações esperadas e demandadas pela criança a favor do seu processo de desenvolvimento emocional e psíquico.

Assim, aprendi na prática clínica e institucional da infância que a **saúde mental** era essencial para garantia do **crescimento, amadurecimento e sustentabilidade** de uma qualidade de vida suficientemente boa para os pequenos e suas famílias.

Quando se estuda sobre em crianças, mesmo as mais pequenas, deve-se entender que elas demonstram histórias permeadas de expectativas, desejos, sentimentos, palavras ditas e não ditas, medos, ansiedades, incentivos, desatenções, estímulos, anulações, proteções e tudo isso afeta diretamente nos comportamentos e sintomas manifestados por elas dentro do processo. Através do sono, da linguagem, da alimentação, do brincar, das relações, das manias, das birras, dos choros, da aprendizagem a criança revela o que está nas entrelinhas das relações dela com a família e com o mundo que convive.

Dessa forma, atender crianças requer mais que técnicas, habilidades e formação. É importante uma quantidade farta de amor, de empatia, de respeito e de autoconhecimento. As crianças que cruzam meu caminho profissional me ensinam muito sobre tudo isso, me mostram que preciso olhar para dentro de mim muitas vezes antes de estabelecer uma conexão com elas. O fato é que quando olhamos para dentro de nós, podemos nos posicionar de forma mais assertiva e mais disponível para esse outro em desenvolvimento.

Durante o processo de acompanhamento infantil, o profissional precisa **escutar, olhar, observar**, sem deixar escapar o mínimo detalhe, **os gestos, as expressões, palavras, lapsos, erros e desenhos**, do mesmo modo, não se podem incutir na cabeça da criança o nosso jeito de pensar, mas tão somente apresentar seus próprios pensamentos inconscientes sob um aspecto real e objetivo, o ideal é empregarmos sempre uma linguagem e **comunicação simbólica e afetiva**, própria da criança e que a afete diretamente, mas sem necessariamente imitá-la.

Assim, é importante saber que a criança expressa suas emoções e estabelece suas relações a partir do contato com o mundo a sua volta (família, escola, amigos, vizinhos, TV, internet, brinquedos e brincadeiras). E justamente por isso todo trabalho voltado à infância precisa ser conduzido atravessando esses olhares. Não se pode ter uma criança neutra e descontextualizada do universo psicossocial dentro do espaço terapêutico, seja clínico ou institucional, ela sempre estará repleta de aprendizados e interferências das pessoas que se identifica e das experiências vividas nos lugares e ambientes que a influencia.

O processo terapêutico infantil acontece através da via do BRINCAR e isso, não por acaso, se deve ao fato da criança ainda não ter maturidade e capacidade de se expressar através da linguagem verbal tudo que sente, pensa e faz.

A criança tão pouco consegue elaborar uma reflexão através da sua própria linguagem sem o apoio de um adulto que consiga traduzir seus comportamentos e suas angústias. Exatamente por isso o atendimento de crianças que não sabem conversar, que falam pouco, ou que se expressam de forma muito limitada pela da linguagem verbal, pode ser feito através de recursos e ferramentas lúdicas, no entanto essas mesmas ferramentas podem ser utilizadas como facilitadoras no processo com crianças que se expressam de forma espontânea também.

Através da **técnica lúdica** podemos acessar a criança com ferramentas de apoio e recursos que impliquem nos processos do brincar, do desenhar, de contar histórias, do modelar, do musicar, extraíndo por esses suportes o que precisamos saber para trabalhar terapeuticamente com suas demandas.

Dentro desse contexto, cabe ao profissional a tarefa da **interpretação ou tradução**, emprestando seu aparelho mental para a criança revelar o que ela ainda não é capaz de elaborar por conta própria.

Com isso, a criança pode dizer por meio de sua gestualidade, pela coordenação de ações motoras, pelos movimentos articulados de seu corpo e pelas palavras ainda sem muita contextualização, tudo que sente e pensa.

E se tem uma coisa que todo profissional da área infantil adora é descobrir um novo recurso para trabalhar com as crianças no espaço terapêutico ou institucional. Principalmente com as crianças que têm um repertório verbal mais limitado e não entendem para que serve exatamente o trabalho que precisa ser feito com elas.

Entretanto, quando se pesquisa sobre ferramentas de apoio para atuar com crianças em espaços psicoterapêuticos, sejam eles particulares ou públicos, individuais ou coletivos, uma necessidade apresentada é principalmente relacionada com ferramentas específicas a um determinado diagnóstico ou demanda da criança. Porém, quando elas já chegam ao processo com um diagnóstico realizado por outro profissional ou com alguma suspeita diagnóstica trazida por alguma instituição, o terapeuta precisa vê-la como uma **CRIANÇA integral** e descontextualizada do problema. A escuta da **demanda familiar** precisa ser feita com o cuidado de quem nada sabe sobre o histórico daquele sujeito. Caso o profissional foque no diagnóstico ou queixa já trazida pela família, corre o risco de não perceber outras características e demandas da criança. Querer resolver logo o "problema" ou "transtorno" que chega junto com a criança no espaço terapêutico pode limitar e muito o trabalho como um todo.

É importante sabermos que um diagnóstico é apenas um ponto a ser trabalhado, existe uma pessoa por trás dele, e toda a sua relação e história de vida com a família que a compõe e constrói. Portanto, é imprescindível se conectar com uma **CRIANÇA**, que chega com diagnósticos e queixas familiares, através de um **OLHAR atento**, disponibilidade para o encontro e aberto a todas as informações que serão reveladas sobre a pessoa que está aparecendo ali e não apenas com o diagnóstico que vem relacionado a ela.

O que a criança leva para os processos terapêuticos e instituições de cuidado e educação? Que sentimentos? Quais angústias? Quantas dúvidas? Algum incômodo? Todas essas questões precisam ser pesquisadas e avaliadas pelo profissional.

Quando atendemos as crianças, na maioria das vezes, escutamos primeiro as demandas dos pais ou dos cuidadores, depois que vamos nos debruçar para elas diretamente, suas necessidades, suas questões, seus olhares. É importante não perder de vista que **o acompanhamento infantil precisa ser pensado e estruturado em função da busca da posição da criança diante do Outro**, dos

seus pais, da sua família, da escola, dos seus pares. Como ela se projeta no mundo, como percebe suas experiências? Para a criança, o que fazemos no início do trabalho vai ser fundamental para o processo e o término.

Dessa forma, alguns pontos precisam ser observados e levados em consideração quando se pensa nas ferramentas e recursos que podem ser usados no acompanhamento de uma criança, seja no momento de avaliação ou da fase de intervenção durante o processo em si.

1. **Tenha em mente que não precisamos ter TODOS os recursos que existem.** Podemos trabalhar de forma diferente com o mesmo recurso com cada criança que surgir, afinal as demandas são singulares, e a forma como cada uma vai reagir e aceitar o recurso também é única.
2. **Seja CRIATIVO.** É importante aprender a adaptar os recursos que já existem e também a construir os nossos. Estudar sobre jogos e brinquedos terapêuticos traz uma boa referência para isso. Que tal tirar do baú de memórias antigas brincadeiras infantis que existiam na sua infância?
3. **Não se preocupe em encontrar um recurso específico para cada diagnóstico ou demanda terapêutica.** O que importa é a criança que está diante de você e o que ela gosta, se identifica ou tem abertura para fazer.
4. **Recurso caro não significa recurso bom.** Às vezes enchemos nossos espaços de materiais e brinquedos porque achamos interessante estarmos preparados para todo tipo de demanda, mas não utilizamos na prática nem metade, ou porque não fez sentido para as crianças ou porque o processo em si não necessita desses recursos para acontecer e dar certo.
5. **Por último, invista na CRIANÇA, em conhecê-la, ouvi-la, percebê-la.** Dê atenção total quando ela estiver diante de você. Não tente direcionar muito o que ela vai fazer no atendimento, permita que fique mais à vontade para explorar e inventar, isso vai trazer muito mais conteúdo e benefícios para o trabalho das suas demandas e necessidades.

Posto isso, as ferramentas descritas a seguir são baseadas nas que utilizo no encontro com a criança em atendimento e adaptadas para a realidade de cada demanda. Outras foram criadas por mim a partir da análise dos casos e da etapa de desenvolvimento das crianças que recebo no espaço terapêutico. Diante da experiência vivida percebi que **utilizar a ferramenta por si só não é fator determinante para que o objetivo de sua utilização seja alcançado**. Muitos recursos precisam ser adaptados à realidade ou fase de desenvolvimento da criança, além de depender da sua pré-disposição em participar ou realizar a atividade proposta pelo recurso. Algumas ferramentas são reeditadas e refeitas no processo de utilização pelas próprias crianças e isso fala muito delas, às vezes até mais que o que será avaliado ou estimulado através da técnica previamente projetada.

É importante também pensarmos na utilização das ferramentas com um olhar ampliado para as abordagens teóricas de cada profissional. Os recursos descritos podem ser analisados e interpretados a luz de uma fundamentação teórica específica ou até mesmo pela perspectiva da sua dimensão prática. Sendo assim, uma ferramenta que, por exemplo, avalie as potencialidades cognitivas também pode avaliar as dimensões emocionais, limitações ou potencialidades sensório-motoras e relações interpessoais. Portanto, **uma perspectiva mais holística por parte do profissional será decisiva para a leitura técnica, teórica e prática** da criança a ser analisada no processo. As ferramentas só terão utilidades fundamentais e eficazes se forem executadas como apoio ao trabalho e fazendo parte do atendimento.

Ouvir e perceber a criança como um todo é a forma mais ética e eficaz de se construir uma avaliação e acompanhamento adequados para o sucesso de cada caso.

No entanto, muitos profissionais que atendem crianças têm várias dúvidas a respeito do que utilizar no espaço terapêutico para que não vincule a elas apenas a ideia de que está brincando por brincar, mas fazendo um processo que lhe trará real desenvolvimento no processo, seja avaliativo ou de tratamento e intervenção. Assim, os terapeutas precisam se apoiar em **estratégias lúdicas**

que incluem desenhar ou contar histórias, fantasiar, imaginar e interpretar situações, usar bonecos e jogos, pinturas, colagens, massa plástica de modelagem, música e outros instrumentos que caracterizam uma situação natural para a criança em um ambiente livre de censura.

O uso dessas atividades pelos profissionais, na prática, é muito importante para favorecer a **formação do vínculo** com a criança, identificar os **valores, pensamentos e sentimentos** que influenciam sua forma de comportar e se apresentar nas relações intrapessoais e interpessoais, além de ampliar sua potencialidade para **desenvolver habilidades sociais**, de autoconfiança, capacidade de concentração e de reflexão.

Uma dica importante para o profissional que vai utilizar essas ferramentas é fazer primeiro consigo mesmo, ou pedir para que outra pessoa faça, dessa forma, poderá avaliar o processo através da perspectiva de quem está sendo aplicada a ferramenta, além de permitir uma posição mais empática e fundamentada na prática de ter vivenciado e experimentado o lugar de participar da atividade proposta como sujeito ativo e não apenas como orientador ou avaliador.

Por fim, **nenhuma ferramenta de apoio é mais importante que a relação do profissional com a criança**, esse vínculo faz toda diferença no processo como um todo, pois estabelecer uma conexão com a criança ajuda a promover um ambiente seguro, confortável e livre de julgamentos, e isso auxilia na construção da exposição e elaboração das demandas internas e externas levadas por ela dentro do espaço terapêutico. Acolher a criança através do olhar, dos gestos, do cuidado, do respeito e da disponibilidade psíquica, é com certeza o melhor trabalho que pode ser feito pelo profissional dentro do atendimento infantil e **nenhuma ferramenta substitui uma pessoa inteira e presente no contato com a criança**, seja para brincar, para ouvir, para perceber e devolver a ela a atenção que precisa receber dentro do espaço que a contém e a compõe.

Vamos, então, aos recursos, a seguir relaciono as ferramentas com suas formas de serem utilizadas e objetivos que podem ser alcançados.

FERRAMENTAS

Quem sou eu?

OBJETIVOS

- Interagir com a criança no intuito de saber mais sobre a percepção de si mesma, de como é vista pelas pessoas que convive com ela diretamente e com quem se identifica.
- Dizer quem ela é possibilita uma estruturação da sua imagem egoica além de situar sua condição de sujeito no mundo, como pensa, do que gosta, quais suas características mais marcantes e como pode lidar com essa identidade ainda em construção psíquica e social.

MATERIAL NECESSÁRIO

Canetas, lápis de cor, giz de cera, tinta, papel, cartolina, papel metro, revistas para recorte, tesoura sem ponta, cola.

ORIENTAÇÕES GERAIS DE APLICAÇÃO

- A. Solicitar a criança criar um texto, se ela souber escrever, desenhar ou colar figuras de revistas sobre como se vê, quem acredita que é. A ideia é que ela faça uma autobiografia que pode ser estruturada através de um texto corrido ou por tópicos, frases, palavras ou figuras que a represente.
- B. Uma redação falando sobre si, um desenho, uma colagem, tópicos com características que representem a criança, desenho grande no papel metro contendo coisas que a identifique.

VARIAÇÕES / POSSIBILIDADES DE ADAPTAÇÃO

Se a criança não quiser fazer nenhuma dessas opções, a aplicadora pode ir fazendo e perguntando para ela. Pode ser construído de forma conjunta tanto o texto quanto a figura. Outra ideia é a aplicadora ir escrevendo tudo que a criança se identifica, perguntar a ela, por exemplo, o que gosta de fazer, de comer, de assistir, de ler, de ouvir.

Quem sou eu?

OBSERVAÇÕES

Essa ferramenta pode ser utilizada com crianças maiores de 6 anos na primeira sessão de avaliação. Com crianças menores pode ser utilizada depois de um tempo de vínculo com o terapeuta, e com a ajuda dele no processo. Caso a criança demonstre muita resistência, é importante trabalhar com ela sua autoimagem, autoestima e questões interpessoais.

PERGUNTAS NORTEADORAS

Para as crianças:

- O que você acha mais legal ou interessante em você?
- Se você pudesse mudar algo em você o que mudaria?
 - As pessoas acham isso de você também, quais?
 - Se pudesse nascer novamente, como gostaria de ser?
- Identifica-se com algum artista ou personagem de filme ou desenho?

Para as aplicadoras:

- Se existir resistência por parte da criança em fazer essa atividade, quais as análises podem ser feitas?
- A criança que está sendo proposta essa ferramenta está numa fase de desenvolvimento que permite ser construída a atividade?
- Você conhece o suficiente a demanda da família e da criança para inferir análises consistentes do resultado dessa ferramenta?

Conte uma História...

OBJETIVOS

- Favorecer a criança o espaço livre para explorar seus conteúdos simbólicos e estruturar de forma a trazê-la para uma perspectiva mais real do discurso e da história contada e ouvida por ela mesma.
- Ela poderá reviver situações que já experimentou ou apenas deseja vivenciar, de forma livre podendo ajustar como entender mais interessante em sua fantasia para depois conseguir colocar em prática de forma assertiva e coerente, fazendo um link entre o que imagina e o que pode ser vivido na realidade.
- A criança também demonstra através dessa ferramenta o que se identifica, o que julga ser correto ou errado, seus valores, sua forma de ver o mundo e de se relacionar com as pessoas.

MATERIAL NECESSÁRIO

Cartas (amarelas) com desenho de personagens diferentes (pode ser animais, tipos de pessoas, personagens de contos de fadas), cartas (azuis) com ações diversas sugeridas para os personagens fazerem, cartas (rosa) com perfil de cada personagem.

ORIENTAÇÕES GERAIS DE APLICAÇÃO

A aplicadora pede para a criança sortear uma cartinha de cada cor e contar uma história com o personagem, o perfil e a ação que foram sorteadas. A ideia é que a criança possa, através dessas cartinhas, construir uma história baseada nas sugestões que foram explicitadas e incrementar da sua forma. Pode ser feita quantas vezes a aplicadora quiser.

Conte uma História...

VARIAÇÕES / POSSIBILIDADES DE ADAPTAÇÃO

Pode-se trabalhar com desenho livre, ou desenho de uma história em quadrinhos, a aplicadora pode pedir para a criança criar também esses três tipos de cartas com as sugestões dela mesma. A aplicadora também pode criar as cartinhas com personagens reais para a criança, como as pessoas de suas famílias, colegas de escola, professores, e colocar perfis e ações que já sabe que a criança vivenciou para que ela mesma consiga contar de forma mais livre e lúdica sobre o que viveu e sobre o que pensa e sente sobre isso.

OBSERVAÇÕES

Trabalhar com histórias tanto inventadas quanto reais é um recurso muito bom para se vincular a criança e também facilitar sua expressão sem achar estar sendo julgada pelo que pensa, sente e se comporta.

- É importante plastificar todas as cartinhas;
- A aplicadora pode desenvolver o conteúdo das cartinhas específico para cada criança, criando a partir da história e demanda trazida por ela e pela família.
- O conteúdo do anexo são apenas sugestões, cada aplicadora pode desenvolver o seu.

PERGUNTAS NORTEADORAS

Para as crianças:

- Explorar ao máximo a história “contada” pela criança, fazer perguntas em relação a tudo que for dito por elas.

Para as aplicadoras:

- O que pode ser ouvido além da própria história que a criança inventa a partir das sugestões?
- O que está nas entrelinhas do que é contado pelas crianças?
- Como você pode explorar melhor as histórias criadas pelas crianças?
- Consegue adaptar as cartinhas para as demandas trazidas pelas crianças e sua família?

Conte uma história

CARTINHAS PERSONAGENS



imagens de crianças



Imagens de animais



personagens de contos de fadas



Imagens de adultos

CARTINHAS PERFIL PERSONAGENS



Sentimentos

(triste, alegre, zangado, entediado, angustiado, medroso, corajoso, animado, surpreso, assustado)



Personalidade

(chato, espontâneo, carinhoso, agressivo, chorão, sério, amoroso, cuidadoso, desajeitado, desastrado, tímido, manhoso, birrento...)

CARTINHAS AÇÕES DIVERSAS



Tomar banho



Almoçar, jantar, tomar café da manhã



Ir para o shopping



Arrumar a bagunça



Trabalhar



ir para a escola