

Oficina de Arte para Promoção da Saúde Mental de Estudantes Universitários

Art Workshop for Mental health Promotion of University Students

Taller de Arte para la Promoción de la Salud Mental de Estudiantes Universitarios

Atelier d'Art pour la Promotion de la Santé Mentale des Étudiants Universitaires

 10.5020/23590777.rs.v25iEsp.e15199

Sheila Giardini Murta

Psicóloga (Pontifícia Universidade Católica de Goiás-1995), especialista em Análise Política e Políticas Públicas (2013, Universidade de Brasília-UnB), Mestra em Psicologia (1998, UnB) e Doutora em Psicologia (2005, UnB). Realizou estágio de doutoramento (“doutorado sanduíche”) na Queensland University of Technology, em Brisbane, Austrália (2004). Pós-Doutora pela Universidade Federal de São Carlos (2010), Universidade de Maastricht - Holanda (2014) e Oxford Brookes University - Reino Unido (2019). Visiting fellow no Ethox Center, University of Oxford, Reino Unido (2022). É professora associada no Departamento de Psicologia Clínica do Instituto de Psicologia e orientadora no Programa de Pós-Graduação em Psicologia Clínica e Cultura da Universidade de Brasília.

Alice Salgado Oliveira

Graduada em Psicologia pela Universidade de Brasília (UnB). Atualmente, ingressou no Programa de Residência em Gestão de Políticas Públicas (GPPS) na Secretaria de Estado de Saúde do Distrito Federal (SES-DF) em 2025. Anteriormente, foi bolsista no Programa de Educação Tutorial (PET) do IP-UnB. Durante sua trajetória acadêmica, realizou pesquisas em diversos campos da psicologia, como nas áreas da saúde, clínica, escolar e psicossocial.

Beatriz Moreno Campos Carvalho

Psicóloga e Bacharela em psicologia graduada pela Universidade de Brasília (UnB). Possui quatro anos de experiência em projetos de pesquisa, sendo que em dois deles foi bolsista de Iniciação Científica pelo Conselho Nacional de Desenvolvimento Científico e Tecnológico (CNPq) e estudou fatores explicativos do apoio à redução da maioridade penal no Brasil. Estagiou por um ano na Subsecretaria de Atividade Psicossocial da Defensoria Pública do Distrito Federal (SUAP/DPDF).

Carolina Vieira Mendonça

Graduanda em Psicologia na Universidade de Brasília (UnB). Participou do grupo de pesquisa Saúde Mental e Gênero, o qual realiza uma leitura do campo da saúde mental sob um viés feminista das relações de gênero (e interseccionalidades com raça e etnia). Participou do grupo de pesquisa de Psicodinâmica do Trabalho Feminino (Psitrafem), caracterizando as especificidades das vivências de prazer e sofrimento no trabalho feminino, e delineando as principais estratégias de mediação adotadas pelas mulheres para lidar com a realidade de trabalho consubstanciada com questões de gênero.

Gabrielle Oliveira Drumond

Graduanda em Psicologia da Universidade Federal de Juiz de Fora. Experiência inicial na área de neurociência e neuropsicologia no contexto de pesquisa e extensão. Tem interesse em psicologia da saúde, psicologia social comunitária e saúde mental infantojuvenil, mais especificamente em promoção e prevenção de saúde mental, intervenções grupais e saúde pública.

Jade Maria Lima Carneiro de Moraes

Graduanda do curso de Psicologia na Universidade de Brasília, desde 2018/2. Tem interesse na área de Psicologia Comportamental e Psicologia Clínica.

Nayade Louize da Costa Santos

Graduada em Psicologia pela Universidade de Brasília (UnB). Ex-membra do laboratório de pesquisas em Psicologia Evolucionista em que atuou como bolsista de iniciação científica pelo CNPQ, a respeito da influência da Imprevisibilidade Ambiental e da participação em programas sociais sobre a Estratégia de História de Vida em adolescentes em Medidas Socioeducativas, coordenado pelo professor orientador Mauro Dias Silva Júnior, onde também trabalhou como pesquisadora voluntária durante a pandemia da COVID-19 na coleta de dados sobre a Satisfação nos relacionamentos amorosos em pessoas de diferentes orientações sexuais, assim como Sociossexualidade de homens de diferentes orientações sexuais.

Natália Lemes Sixel Lobo

Graduada em Psicologia pela Universidade de Brasília (UnB) com dupla habilitação - bacharel e psicólogo. É profissional de saúde residente no Programa de Residência Multiprofissional em Saúde do Adulto e do Idoso (FEPECS/SES-DF).

Luana Orsi Bittencourt

Graduada em Psicologia pela Universidade de Brasília (UnB). Ao longo da graduação participou de diversos projetos de extensão (Sala e Situação de Saúde, Praxis Empresa Júnior e Projeto Raízes), grupos de pesquisa nas áreas de terapia, psicologia organizacional, psicologia do desenvolvimento, avaliação psicológica, e iniciação científica em psicometria.

Angela Helena Marin

Graduada em Psicologia pela Universidade Federal de Santa Maria-UFSM (1998-2002), licenciada em psicologia pela Universidade Federal do Rio Grande do Sul-UFRGS (2005-2007), especialista em psicologia clínica pelo Instituto da Família de Porto Alegre (2006-2008), Mestra em Psicologia do Desenvolvimento (2003-2005) e Doutora (2005-2009) em Psicologia pela Universidade Federal do Rio Grande do Sul. Foi professora adjunta vinculada à Universidade Luterana do Brasil-ULBRA (2007-2012) e à Universidade do Vale do Rio dos Sinos-Unisinos (2012-2019).

Resumo

As políticas brasileiras de inclusão educacional ampliaram o acesso de grupos historicamente marginalizados das universidades públicas. No entanto, essa inserção é acompanhada de sofrimento devido às persistentes barreiras sociais e institucionais. Este trabalho tem por objetivo descrever a experiência de uma oficina de arte voltada para promoção da saúde mental de estudantes universitários da Universidade de Brasília, beneficiários da Política Nacional de Assistência Estudantil. Participaram 19 jovens estudantes de graduação, que integraram quatro grupos, com três a sete participantes. Foram realizados seis encontros, de 1h40 minutos. As atividades artísticas envolvendo colagem, pintura, argila, teatro, música, fotografia e poesia, foram utilizadas para abordar identidades, rede de apoio social, forças e potencialidades, regulação emocional e aspirações de futuro. As sessões foram conduzidas por uma dupla de terapeutas em formação, graduandas em psicologia, sob a supervisão de duas profissionais com experiência em intervenções psicoterapêuticas. Os registros de cada sessão foram mantidos e submetidos à análise temática. Os relatos dos participantes evidenciaram ganhos relativos ao suporte social, regulação emocional, autoconhecimento e autoestima. Identificou-se a aceitabilidade das técnicas artísticas e manejo grupal, bem como a relevância cultural de alguns procedimentos. Conclui-se que as atividades artísticas em grupo ativaram mecanismos emocionais e sociais favorecedores da saúde mental dos estudantes.

Palavras-chave: promoção da saúde, saúde mental, arte, universidade, assistência estudantil.

Abstract

Brazilian educational inclusion policies have expanded access for historically marginalized groups to public universities, but this entry is accompanied by suffering due to persistent social and institutional barriers. This work aims to describe the experience of art workshop aimed at promoting the mental health of university students at the University of Brasília, users of the National Student Assistance Policy. 19 young undergraduate students participated, forming four groups with three to seven participants each. Six meetings lasting 1 hour and 40 minutes were held. Artistic activities involving collage, painting, clay work, theater, music, photography and poetry were used to address identities, social support networks, strengths and potential, emotional regulation, and aspirations for the future. The sessions were led by pairs of therapists in training, graduating in Psychology, under the supervision of two professionals experienced in psychotherapeutic interventions. Records of each session were kept and subjected to thematic analysis. The participants' reports highlighted gains with social support, emotional regulation, self-knowledge, and self-esteem. The acceptability of artistic techniques and group management was identified, as well as the cultural relevance of certain procedures. It is concluded that group artistic activities activated emotional and social mechanisms that favor students' mental health.

Keywords: health promotion, mental health, art, university, student assistance.

Resumen

Las políticas brasileñas de inclusión educativa han ampliado el acceso de grupos históricamente marginados a las universidades públicas. No obstante, dicha inserción suele estar acompañada de sufrimiento debido a las persistentes barreras sociales e institucionales. Este trabajo tiene como objetivo describir la experiencia de un taller de arte orientado a la promoción de la salud mental de estudiantes universitarios de la Universidad de Brasília, beneficiarios de la Política Nacional de Asistencia Estudiantil. Participaron diecinueve jóvenes

estudiantes de grado, organizados en cuatro grupos con tres a siete integrantes. Se realizaron seis encuentros de una hora y cuarenta minutos de duración. Las actividades artísticas —como collage, pintura, arcilla, teatro, música, fotografía y poesía— fueron utilizadas para abordar temas relacionados con la identidad, la red de apoyo social, las fortalezas y potencialidades, la regulación emocional y las aspiraciones de futuro. Las sesiones fueron conducidas por una dupla de terapeutas en formación, estudiantes de psicología, bajo la supervisión de dos profesionales con experiencia en intervenciones psicoterapéuticas. Los registros de cada sesión fueron conservados y sometidos a análisis temático. Los relatos de los participantes evidenciaron avances en el soporte social, la regulación emocional, el autoconocimiento y la autoestima. Se identificó la aceptabilidad de las técnicas artísticas y del manejo grupal, así como la relevancia cultural de ciertos procedimientos. Se concluye que las actividades artísticas grupales activaron mecanismos emocionales y sociales que favorecieron la salud mental de los estudiantes.

Palabras clave: promoción de la salud, salud mental, arte, universidad, asistencia estudiantil.

Resumé

Les politiques brésiliennes d'inclusion éducative ont élargi l'accès des groupes historiquement marginalisés aux universités publiques. Cependant, cette insertion s'accompagne de souffrances dues à des barrières sociales et institutionnelles persistantes. Ce travail a pour but de décrire l'expérience d'un atelier d'art axé sur la promotion de la santé mentale auprès des étudiants universitaires de l'Université de Brasília, bénéficiaires de la politique nationale d'aide aux étudiants (Política Nacional de Assistência Estudantil). Un total de 19 jeunes étudiants de premier cycle a été répartis en quatre groupes comprenant de trois à sept participants. Six réunions ont eu lieu, d'une durée d'1h40 minutes. Les activités artistiques telles que le collage, la peinture, le travail de l'argile, le théâtre, la musique, la photographie et la poésie ont été utilisées pour aborder les identités, le réseau de soutien, les forces et les potentialités, la régulation émotionnelle et les aspirations futures. Les séances ont été conduites par un binôme de thérapeutes en formation, étudiants de psychologie, sous la supervision de deux professionnelles ayant de l'expérience dans les interventions psychothérapeutiques. Les enregistrements de chaque session ont été conservés et soumis à une analyse thématique. Les récits des participants ont mis en évidence des gains relatifs au soutien social, à la régulation émotionnelle, à la connaissance de soi et à l'estime de soi. On a constaté l'acceptabilité des techniques artistiques et de la conduite de groupe, ainsi que la pertinence culturelle de certaines procédures. On conclut que les activités artistiques en groupe ont activé des mécanismes émotionnels et sociaux favorables à la santé mentale des étudiants.

Mots-clés : promotion de la santé, santé mentale, art, université, soutien aux étudiants.

O processo de democratização do ensino superior no Brasil teve início nos anos 2000 com projetos de reserva de vagas para a população negra e estudantes de escolas públicas. A implementação da Lei de Cotas ou Lei n.º 12.711 (Lei n.º 12.711, 2012) intensificou tal processo ao ampliar o acesso de estudantes em situação de vulnerabilidade econômica às universidades federais, apoiado pelo Plano Nacional de Assistência Estudantil – Pnaes (Decreto n.º 7.234, 2010; Portaria Normativa n.º 39, 2007), cuja finalidade é ampliar as condições de permanência dos jovens na educação superior pública.

Diversos estudos apresentam evidências de que o Pnaes impacta positivamente o rendimento acadêmico, a qualidade do aprendizado e a permanência dos estudantes em situação de vulnerabilidade econômica em universidades federais (Julião et al., 2022; Kroth & Barth, 2022; Menezes et al., 2023). Contudo, os jovens ainda são confrontados com iniquidades sociais no cotidiano da vida universitária, revelando que, apesar dos avanços políticos, a democratização do ensino superior é um grande desafio a ser superado no Brasil (Mussliner et al., 2021). Evidências apontam que a vivência da iniquidade de renda tem se associado a sentimentos relacionados à humilhação, inferioridade, percepção de falta de controle sobre o meio e impotência, que podem levar à percepção de não pertencimento à universidade (Clem et al., 2022) e, consequentemente, a sintomas de depressão e de outros transtornos psíquicos (Ludermir, 2008; Patel et al., 2018; Wilkinson & Pickett, 2018). Entretanto, faz-se importante pontuar que tais dificuldades são acentuadas pelo impedimento do acesso a direitos básicos que ocorrem nessa população (Santos et al., 2023; Zanello, 2020). Portanto, não se deve naturalizar a associação entre loucura e pobreza, reforçando a estigmatização e o preconceito (Gama, et al., 2014).

No contexto brasileiro, à iniquidade de renda se entrelaçam as iniquidades geográficas, raciais e de gênero, dentre outras, configurando um quadro de violações de direitos e exclusões sobrepostas, que penalizam, sobretudo, a população que vive nas periferias urbanas e áreas rurais: a população negra, indígena e quilombola, e mulheres chefes de família (Instituto Brasileiro de Geografia e Estatística [IBGE], 2025). As relações de poder, expressas na exclusão social e corroboradas por discursos sociais opressivos, podem ser assimiladas pelos sujeitos na internalização de histórias dominantes, levando a uma negação de sua dignidade e ao enfraquecimento do senso de suas identidades (Jesus, 2017).

Terapia Narrativa e Práticas Narrativas Coletivas

O pressuposto de que o sofrimento mental tem origem em opressões sociais – como as derivadas do colonialismo, classismo, racismo, misoginia, homofobia, transfobia e xenofobia, dentre outros – constitui a base da Terapia Narrativa, desenvolvida por Michael White e David Epston (White, 1988; White & Epston, 1990), lente teórica orientadora do presente trabalho. Nessa perspectiva, as histórias problemáticas que os sujeitos carregam e compartilham em suas conversas – mais ligadas ao sofrimento humano do que a uma patologia – deixam transparecer a lógica subjetiva das narrativas dominantes e restringem a diversidade de vozes que compõem a experiência única de cada um (Jesus, 2017). No entanto, como reiterado por Michael White, as pessoas não equivalem aos seus problemas, elas são “multi-historiadas” e seus problemas são apenas parte de suas histórias (White, 2012).

Se o sofrimento mental é social em sua origem, as suas soluções também são coletivas (Denborough, 2012). Assume-se que não há cura sem justiça social e, portanto, a cura não pode prescindir de práticas promotoras de direitos humanos, coletivas por natureza (Rasras, 2005; Reynolds, 2023). Essa premissa tem embasado aplicações da Terapia Narrativa em contextos comunitários, por meio das Práticas Narrativas Coletivas (Denborough, 2008). Nessa abordagem, centralidade é conferida à agência das pessoas, que reagem às adversidades e traumas vividos; deste modo, é vital descobrir e descrever os conhecimentos, habilidades e valores que as pessoas empregam para reagir às experiências adversas. Comunicar tais conhecimentos, habilidades e valores para si próprio e para outras pessoas que viveram experiências semelhantes é uma via para a transformação pessoal e para a mobilização coletiva (Denborough, 2018). Assim, ao dar relevância às narrativas que os sujeitos constroem sobre si, a Terapia Narrativa e as Práticas Narrativas Coletivas buscam ampliar histórias alternativas que desenvolvam outras significações de existência e, também, resistência diante das opressões vivenciadas subjetivamente (Denborough, 2018; White, 2012).

Promoção da Saúde Mental na Universidade e Intervenções Baseadas em Arte

Estudos indicam um alto índice de sofrimento psíquico da comunidade universitária, pensando a saúde mental como um direito humano (Azevedo et al., 2021; World Health Organization, 2014), e salientando a urgência de estratégias para promoção da saúde mental nas universidades. Esse esforço converge com o propósito do movimento Universidades Promotoras da Saúde, presente em diversas universidades da América Latina e Europa, cujo objetivo é fomentar a criação de espaços promotores de saúde nas instituições de ensino superior (Souza, 2017). No Brasil, um dos pioneiros deste movimento é a Universidade de Brasília (UnB), que desenvolveu uma política de promoção da saúde centrada nas temáticas de equidade, sustentabilidade, inovação e participação social, viabilizando programas e projetos relacionados à saúde mental, tais como atendimento psicológico, rodas de conversa, grupos temáticos, terapia comunitária, cursos e outros (Polejack et al., 2021).

Assim, faz-se necessário que os serviços promotores da saúde nas universidades mapeiem, implementem e disseminem estratégias que sejam viáveis, engajantes e efetivas para a comunidade universitária, em particular, para os estudantes. Nesse sentido, intervenções baseadas em arte podem ser uma das possibilidades, levando-se em consideração as amplas evidências de que a arte é benéfica para a saúde mental (Fancourt, 2017). O impacto da arte para a saúde foi o foco da revisão de literatura conduzida por Fancourt e Finn (2019), cujo objetivo foi analisar o papel da arte (performance, artes visuais, literatura, música, dança e artes digitais) na melhoria da saúde e bem-estar de populações, comunidades e indivíduos. Os resultados demonstraram evidências de impactos positivos da arte na promoção, prevenção, tratamento e gestão da saúde. Tais efeitos foram associados a respostas à arte de natureza psicológicas (ex.: regulação emocional), sociais (ex.: redução na solidão), comportamentais (ex.: desenvolvimento de habilidades diversas) e fisiológicas (ex.: melhoria em hormônios de estresse).

No Brasil, múltiplos são os relatos de uso de intervenções baseadas em arte para promover saúde mental em distintos contextos e para públicos diversos (Amarante & Torre, 2017; Amorim & Severo, 2019; Campos et al., 2012; Cavalcanti et al., 2022; Machado et al., 2021; Matraca et al., 2011; Rezende & Alice, 2017; Silva et al., 2022). Entretanto, parecem escassos os registros do uso de intervenções artísticas com estudantes universitários. Na literatura internacional, um exemplo é o estudo de Cornell et al. (2022), que realizaram grupos de fotovoices com estudantes universitários da Universidade da Cidade do Cabo, África do Sul (à semelhança do Brasil, um país com histórico de colonização e iniquidades sociais daí decorrentes), para refletir sobre as vivências de alienação e pertencimento na universidade. Por meio de sucessivas sessões grupais, os estudantes refletiam e desenhavam como imaginavam uma universidade descolonizada, produziam textos reflexivos sobre estas discussões, fotografavam situações que refletiam a descolonização (ou falta disto) na universidade e, ao fim, realizavam exposições na comunidade universitária. O trabalho com fotografias mostrou-se um poderoso instrumento para favorecer espaços de pertencimento dos estudantes à universidade e fomentar o pensamento crítico acerca dos processos de exclusão.

Comumente, na Terapia Narrativa e Práticas Narrativas Coletivas, valorizam-se recursos de cura disponíveis na cultura local (Denborough, 2008; White, 2012; White & Epston, 1990). Assim, dispositivos como desenhos, música e teatro, dentre outros, são utilizados para visibilizar os modos pelos quais as pessoas reagem aos problemas vividos; as habilidades, capacidades e valores que as sustentaram em tempos difíceis; as interrelações destas forças de superação com situações

coletivas; e as vias pelas quais as pessoas podem contribuir com outras que vivem circunstâncias similares (Denborough, 2018). Nota-se, portanto, uma compatibilidade metodológica entre as intervenções baseadas em arte, a Terapia Narrativa e as Práticas Narrativas Coletivas.

O Presente Relato de Experiência

Tendo em vista o potencial das intervenções baseadas em arte para a promoção da saúde mental, este artigo consiste em um relato de experiência de oficina de arte para promoção da saúde mental de estudantes universitários usuários da Pnaes, fundamentando-se na abordagem da Terapia Narrativa (White, 2012; White & Epston, 1990) e Práticas Narrativas Coletivas (Denborough, 2018). Essas abordagens foram adotadas devido à ênfase nos padrões de discurso, interações e intenções coletivas, na construção social das identidades e na agência de indivíduos e coletivos na construção de suas trajetórias de vida (Grandesso, 2011; Matheus & Bolze, 2022).

O ambiente universitário, ao convidar os estudantes a vivenciarem um novo contexto de relações, torna-se um ambiente rico para Práticas Narrativas Coletivas, que favoreçam a *re-narração* das histórias, contemplando novos significados sobre experiência, crenças, competências, características e valores (Lion, 2017). Os diálogos colaborativos podem suscitar novas aspirações de futuro, partindo da agência pessoal, ou seja, da capacidade de afetar e escrever a própria história e projetos de vida. À medida que forças e potencialidades são identificadas, visões positivas de identidade são realçadas, favorecendo a criação de novas trajetórias e uma percepção mais positiva de si, contrapondo-se a narrativas reducionistas, limitantes, depreciativas e desesperançadas.

Frente ao exposto, o presente artigo visa descrever a aceitabilidade de uma experiência de oficinas de arte para promoção da saúde mental de estudantes universitários usuários da Pnaes da UnB. Especificamente, pretende-se examinar as percepções de estudantes universitários da UnB, usuários do Pnaes e participantes de uma oficina de arte sobre os benefícios dessas oficinas para a sua saúde mental.

Método

Contexto

A UnB, instituição pública federal fundada em 1962, contava, em 2021, com 57.647 integrantes, incluindo 41.983 estudantes de graduação em 136 cursos, 9.740 de pós-graduação em 165 cursos, além de 2.595 docentes e 3.131 técnicos-administrativos. Em 2004, tornou-se a primeira universidade federal do país a adotar cotas para estudantes negros, antecipando-se à legislação e visando reduzir desigualdades históricas. Para prevenir a evasão de alunos em vulnerabilidade social e econômica, a Política de Assistência Estudantil, gerida pela Diretoria de Desenvolvimento Social (DAC/DDS), promove integração, permanência e qualidade na formação, oferecendo auxílios como moradia, transporte, alimentação e apoio socioeconômico. O acesso aos programas depende de avaliação socioeconômica semestral, cuja validade é de três semestres e que orienta a concessão dos benefícios.

Participantes

O público-alvo das oficinas de arte para promoção da saúde mental foi estudantes de graduação da UnB que faziam parte de, pelo menos, um dos programas da Política de Assistência Estudantil. A partir da divulgação das oficinas, que contou com o auxílio da DAC/DDS e da Diretoria de Atenção à Saúde da Comunidade Universitária (DAC/DASU), foram recebidas 49 inscrições. Dentre elas, 10 não foram aprovadas porque as pessoas interessadas não eram beneficiárias da Política de Assistência Estudantil. Dos 39 estudantes habilitados, 19 compareceram às oficinas de arte e participaram dos encontros realizados, distribuídos em quatro grupos, conforme a disponibilidade de horários sinalizada por eles no momento da inscrição. Foram constituídos três grupos, cada qual com três a sete estudantes participantes.

Dentre o total de participantes, quatro se autodeclararam como pretos, nove como pardos e seis como brancos. Ademais, 13 eram mulheres cisgênero, três homens cisgênero, duas pessoas não binárias e uma preferiu não declarar sua identidade de gênero. Quanto à sexualidade, três eram heterossexuais, oito bissexuais, cinco homossexuais e três optaram por não informar. No que diz respeito à religião, 13 participantes declararam não possuir religião, um se identificou como budista, dois católicos, dois evangélicos e um adepto da bruxaria. Todos eram brasileiros, sendo que 15 eram naturais de cidades localizadas no Distrito Federal, e quatro de outras unidades federativas. Nenhum se declarou como pessoa com deficiência.

A Intervenção

Foram realizados seis encontros, todos com 1h 40 minutos de duração. Como descrito na Tabela 1, mediações artísticas – envolvendo colagem, pintura, escultura em argila, teatro, música, fotografia e modelagem em biscuit – foram utilizadas para abordar identidades, trajetórias de vida, rede de apoio social, regulação emocional, valores e aspirações sobre o futuro. Esses temas, afins à Terapia Narrativa e Práticas Narrativas Coletivas, foram escolhidos pelos participantes por meio de um questionário on-line aplicado durante a etapa de recrutamento dos participantes. As oficinas foram organizadas a partir de temáticas que se mostravam relevantes para a promoção de narrativas de história de vida alternativas, com potencial para conectar os estudantes com seus valores culturais, de raça-etnia, crenças, princípios, sonhos e expectativas sobre o presente-futuro, visando ampliação de expressões de significações de si e do mundo.

Tabela 1

Temas e Modalidades de Arte Abordados por Sessão

Sessão	Tema	Modalidade de arte
1	Identidade	Colagem e máscaras
2	Rede de apoio social	Desenho, escrita, contação de histórias e modelagem com biscuit e retalhos
3	Trajetória de vida	Pintura, música, desenho e colagem
4	Forças e potencialidades	Escultura em argila e desenho
5	Regulação emocional	Música e teatro
6	Aspirações de futuro	Fotoelicitação, artesanato, poesia, pintura em aquarela e modelagem em biscuit

As sessões foram conduzidas por uma dupla ou trio de terapeutas em formação, graduandas em psicologia e discentes da disciplina Estágio em Intervenções Psicoterapêuticas, sob supervisão de duas profissionais, com experiência em intervenções grupais para promoção da saúde mental. A prática e a teoria foram constantemente associadas, por meio do planejamento e discussão das sessões, à luz de leituras acerca da Terapia Narrativa (White, 2012, 2007; White & Epston, 1990), Práticas Narrativas Coletivas (Denborough, 2008, 2018), determinantes sociais da saúde mental (Patel et al., 2018), o uso da arte na promoção da saúde (Davies & Pescud, 2020; Fancourt & Finn, 2019), intervenções baseadas em arte (Fancourt, 2017; Philippini, 2018; Strack et al., 2022), o processo grupal e os fatores terapêuticos do grupo (Leszcz, 2017; Yalom & Leszcz, 2006).

A primeira sessão teve como tema *identidade*. A sessão foi iniciada com a retomada das diretrizes e boas práticas para o bom funcionamento do grupo e seguiu para o aquecimento, no qual todos informaram seus nomes, pronomes pelos quais gostam de ser chamados e uma comida que lhes remetia a memórias afetivas. Em seguida, foi feita uma atividade de colagem (Philippini, 2018) em que, a partir de revistas, tesoura e cola, em que cada participante representou em um dos lados de uma folha A4 “Como eu me vejo” e no outro “Como os outros me veem”. Desse modo, compartilhou-se o processo de produção, o resultado e as reflexões que emergiram a partir dessa atividade. Em uma variação dessa técnica, em um dos grupos, a colagem foi substituída pela produção de máscaras para abordar o tema identidade. A proposta buscou estimular reflexões sobre a própria história (quais experiências mais moldaram quem você é hoje?), a autopercepção (o que as pessoas próximas dizem sobre você condiz com a sua autoimagem?), o pertencimento e a cultura (de onde você sente que vem a sua “raiz”?) e as transformações pessoais (quem você acredita que está se tornando?). Como avaliação do encontro, foi elaborado um mural dos sentimentos presentes durante a sessão. Por fim, foi instruída como tarefa de casa a seleção da foto de um grupo no qual os participantes se sentiam pertencentes, para trazê-la no encontro seguinte, bem como observações sobre os sentimentos percebidos nesse processo de escolha.

O tema da segunda sessão foi *rede de apoio social*. Em um primeiro momento, foram compartilhadas as fotos escolhidas pelos participantes e como eles se sentiram ao longo dessa atividade. Posteriormente, foi executada uma representação, por meio do desenho e da escrita, das pessoas e relações presentes na vida dos participantes como um time de futebol – a elaboração de um “time da vida” (Denborough, 2008). Nessa construção, baseada na técnica de lembrança da Terapia Narrativa (White, 2012), adaptada para as Práticas Narrativas Coletivas, os participantes foram instigados a refletir sobre quem seria, por exemplo, a sua torcida (pessoas que os encorajaram a perseguir seus sonhos), o seu técnico (pessoas que os ensinaram algo valioso), o seu zagueiro (pessoas que os protegiam) (Denborough, 2008). Feito isso, houve um momento de diálogo sobre a criação de cada um, o processo de montar o time e quais sentimentos e reflexões emergiram nessa atividade. Em um dos grupos, a técnica foi substituída pela leitura da história narrada no livro *O Jarro de Memórias*, de Claudio Galperin, além da produção de biscuit e retalhos para representar vínculos afetivos relevantes. Ao final do compartilhamento, foi questionado ao grupo “O que estou levando daqui hoje?”. Após essa avaliação, foi sugerida como

tarefa de casa que cada participante elaborasse um pódio, a partir de um molde em folha A4 entregue a eles, em homenagem às pessoas importantes em suas vidas.

Na terceira sessão, foi trabalhada a temática *trajetória de vida*. No início, foi realizada uma meditação guiada de regressão temporal. Em seguida, foi apresentada a atividade principal: o “rio da vida”. Nela, os participantes representaram suas trajetórias por meio da forma física de um rio, uma construção, tanto individual quanto coletiva, tendo em vista que cada um construía o seu próprio rio, mas que os rios elaborados deveriam se conectar uns aos outros (Reis et al., 2024). Em seguida, deu-se o compartilhamento acerca da construção do “rio da vida”, bem como dos sentimentos e reflexões que surgiram a partir desta atividade. Em um dos grupos, ao invés do “rio da vida”, utilizou-se o desenho com colagem para retratar a história dos próprios cabelos, tomando-os como metáfora das trajetórias de vida. Ao final, os participantes responderam à pergunta “Como trabalhamos juntos hoje?” e, para a atividade de casa, foi orientado que eles preenchessem um cartão postal a partir do questionamento “O que o seu eu do presentealaria para o seu eu do futuro?”.

Para a quarta sessão, o tema escolhido foi *forças e potencialidades*. Ela foi iniciada com uma conversa sobre a experiência da tarefa de casa anterior, do cartão postal. Posteriormente, foi feita uma meditação guiada cujo objetivo era a visualização de uma força ou potencialidade. A partir disso, foi proposto que os participantes concretizassem o que visualizaram por meio da modelagem com argila (Philippini, 2018). Com isso, eles compartilharam sobre o desenvolvimento dessa atividade, o produto final e pensamentos que emergiram com esta criação. Em um dos grupos, ao invés da modelagem em argila, utilizou-se o desenho da “árvore da vida” (Figura 1), para se abordar ancestralidade, talentos, vínculos, valores e sonhos (Denborough, 2008). Para avaliar a sessão, cada um indicou algo que felicitava e algo que criticava nela. Como atividade de casa, foi pedido que os participantes selecionassem uma foto que representasse um recurso que os fortalecesse de forma externa e trouxesse na semana seguinte.

A quinta sessão teve como tema *regulação emocional*. As atividades foram pensadas para promover uma reflexão pautada nos diferentes sentimentos e sensações experienciados e a forma como são processados e manejados. Para o aquecimento, cada participante trouxe uma foto que representasse recursos ambientais ou externos que poderiam fortalecê-los nos contextos em que estavam inseridos. Discutiu-se abertamente sobre o significado desses recursos para cada participante. Na sequência, utilizou-se uma técnica do Teatro do Oprimido (Boal, 1979), que consistia em uma vivência musical, na qual os participantes foram instruídos a direcionar sua atenção para as emoções e reações corporais evocadas pela melodia. Após se conectarem com diferentes emoções, os participantes escreveram em *post-its* uma emoção que, de alguma forma, marcou a sua trajetória de vida. Sortearam-se *post-its* com registros das emoções para todos os participantes, e cada um foi convidado a demonstrar, de forma oral ou corporal, como expressam aquele sentimento ou como reagiam quando expostos a eles. Em um dos grupos, ao invés desta técnica, utilizou-se outra técnica teatral em que os estudantes foram convidados a simular o andar em uma corda bamba, metáfora do enfrentamento a desafios, o que oportunizou a vivência de diversas emoções. Modos de enfrentamento e estratégias de regulação emocional também foram compartilhados e discutidos. Como tarefa de casa, foi orientado que os participantes escolhessem uma música que retratasse as emoções sentidas durante a sua trajetória de participação no grupo. Em um dos grupos, adotaram-se poesias ao invés de músicas.

Por fim, o assunto abordado na sexta e última sessão foi *aspirações de futuro*. Buscou-se promover a autopercepção sobre sonhos e aspirações futuras, assim como facilitar a mobilização destas. No aquecimento, discutiram-se as músicas (ou poesias) selecionadas pelos participantes – passadas como tarefa de casa no encontro anterior – para retratar as emoções sentidas durante a sua trajetória de participação no grupo. Para dar continuidade, foi utilizada a técnica artística da foto-elicitación, que consiste em explorar livremente os significados atribuídos a uma fotografia por quem a contempla (Trombetta et al., 2022). Disponibilizaram-se imagens para que os participantes escolhessem aquela que melhor representasse seus sonhos, como gostariam de estar no futuro, que lhes trouxesse esperança ou os mantivessem em movimento. A partir das imagens, foram produzidas discussões que incentivaram a troca de apoio social no grupo e o encorajamento de formas de enfrentamento nos próprios projetos de vida. Em uma variação desse procedimento em outro grupo, os participantes foram convidados a esculpir imagens em biscuit que fizessem alusão ao futuro desejado (Figura 1). Em outro grupo, as perspectivas de futuro foram expressas por meio de pinturas de aquarela. Como avaliação da experiência de participação nas oficinas de arte, os participantes fizeram um pequeno artesanato, com miçangas, no qual cada miçanga de seu trabalho representasse uma sessão. No momento final, foram lembrados os conteúdos das vivências da oficina. Além disso, reflexões acerca das vivências do grupo foram propostas em conjunto, como resposta ao convite para identificar o que foi produzido pelo grupo que continuaria em suas vidas.

Figura 1

Desenho da “Árvore da Vida” (sessão 4; tema “forças e potencialidades”) e modelagem em biscuit (sessão 6; tema “aspirações de futuro”).



Coleta de Dados

Os registros de cada sessão foram documentados no Formulário para Registro das Sessões, o qual abrangia uma variedade de informações, incluindo o contexto da sessão, com relatos das facilitadoras sobre os participantes presentes e detalhes específicos daquela sessão.

Estruturalmente, o Formulário era segmentado em quatro partes distintas. Na primeira parte, eram delineados os procedimentos adotados durante a sessão, compreendendo fases como: o aquecimento, desenvolvimento, tarefa de casa e avaliação da sessão. O aquecimento marcava o início da sessão, proporcionando uma atividade destinada a suscitar reflexões primárias relacionadas à temática do dia. Em seguida, a etapa de desenvolvimento introduzia a atividade principal, com foco no uso da expressão artística em consonância com o tema em reflexão. Posteriormente, uma tarefa de casa era designada para estender as considerações de cada participante para além do ambiente terapêutico. Concluindo a sessão, uma avaliação era conduzida, na qual cada participante expressava suas críticas e elogios sobre a experiência do dia. A segunda parte do Formulário descrevia as reações dos participantes em cada etapa da sessão, abrangendo relatos de angústia ou transformações positivas, bem como as temáticas que emergiram ao longo do encontro. Na terceira parte, eram registradas as intervenções realizadas pelas terapeutas para promover os fatores terapêuticos do grupo. Por fim, a quarta parte oferecia uma narrativa sobre o clima do grupo, destacando interações como trocas de apoio social entre os membros, manifestações de empatia, compartilhamento de informações, conflitos e outras dinâmicas observadas.

Análise dos Dados

Os registros da intervenção foram analisados por meio de análise temática (Braun & Clarke, 2022). Os registros que continham informação sobre a aceitabilidade das sessões foram transferidos para uma planilha, lidos sucessivas vezes e discutidos em reuniões por um trio de estagiárias. Durante as discussões, foram identificados e nomeados agrupamentos temáticos de modo indutivo. Posteriormente, os agrupamentos temáticos foram revisados, renomeados e definidos por uma das supervisoras.

Aspectos Éticos

Antes do primeiro encontro, os participantes selecionados foram convidados para uma reunião de acolhimento, cujo objetivo era explicitar os objetivos e funcionamento das oficinas de arte, esclarecer aspectos éticos e discutir as diretrizes para a participação efetiva nos grupos (Yalom & Leszcz, 2006). Salienta-se que tais aspectos exigiam posturas como: confidencialidade por parte dos integrantes do grupo e das terapeutas, exceto em situações de ameaça à vida de algum participante; observação dos próprios sentimentos durante a interação no grupo; compartilhamento de experiências de modo voluntário e segundo o próprio ritmo; acolhimento e respeito às autorrevelações de outros membros do grupo; protagonismo dos membros do grupo no processo grupal, ao invés do protagonismo das terapeutas; e compromisso com a frequência ao grupo, na medida do possível, visto que esta impacta a coesão grupal. Os participantes foram informados de que as aprendizagens vividas, ao longo do processo terapêutico, poderiam ser objeto de publicações e apresentações

em eventos científicos, no entanto, sem a divulgação de informações pessoais. Além disso, o contato das terapeutas para esclarecimentos adicionais foi disponibilizado. Essas informações foram discutidas oralmente e também por escrito, por meio do Termo de Consentimento Livre e Esclarecido, documento no qual os participantes registram sua concordância em participar. Quando necessário, foi feito acolhimento, em sessão única, aos estudantes que demonstram sofrimento acentuado ou, em casos de maior necessidade, fez-se encaminhamento para os serviços de saúde mental da Diretoria de Atenção à Saúde da Comunidade Universitária.

Por se tratar de um estudo que emergiu espontaneamente, sem ter sido previamente planejado, e por se referir a uma atividade realizada com a finalidade de ensino e treinamento, atende-se ao pressuposto na Resolução nº 510/2016, do Conselho Nacional de Saúde, que remete ao não registro e à avaliação desse tipo de proposta pelo sistema dos Comitês de Ética em Pesquisa e da Comissão Nacional de Ética em Pesquisa (art. 1º, parágrafo único). Em cumprimento aos princípios éticos de privacidade e proteção de identidade, não foram revelados dados que pudessem identificar os participantes.

Resultados e Discussão

A oficina de arte foi experienciada pelos participantes, majoritariamente, de maneira positiva. Isso foi evidenciado pela análise dos registros das sessões, que permitiu identificar categorias temáticas relativas à promoção da saúde mental e à organização e estrutura das sessões. As categorias temáticas referentes à promoção da saúde mental abarcaram ganhos acerca do suporte social, regulação emocional, autoestima e autoconhecimento, ao passo que as categorias temáticas correspondentes à organização e à estrutura das sessões englobaram o manejo do grupo e as técnicas artísticas usadas e ausência de identificação com técnicas de baixa relevância cultural.

Categorias Temáticas Relativas à Promoção da Saúde Mental

O suporte social se manifestou por meio de relatos de: compartilhamento de reflexões no grupo; escuta, compreensão e validação pelo grupo; identificação entre os membros do grupo; e senso de segurança, confiança e pertencimento entre os membros do grupo. Os relatos seguintes ilustram esta categoria: “É bom compartilhar porque muitas vezes a gente acha que isso tá acontecendo só na nossa cabeça, mas daí depois percebemos que tá todo mundo no mesmo barco.”; “Nós somos muito diferentes, mas ao mesmo tempo somos muito iguais.”; “Finalmente alguém entende a minha vivência.”; “Estava ansiosa antes e durante a sessão sobre como seria, mas fui percebendo que não precisava me pressionar e que havia um espaço de acolhimento e liberdade.”

Tais relatos demonstram que os participantes se sentiram compreendidos e conectados, corroborando os achados de uma revisão de literatura, que identificou evidências consistentes de que diversas modalidades de arte contribuem para a saúde social e do bem-estar, ao incrementar a rede de apoio, promover a conexão, a coesão social, a inclusão e reduzir a solidão (Davies & Pescud, 2020). Acreditamos que, pelo menos, três aspectos favoreceram o acolhimento e a conexão entre os participantes. Primeiro, a discussão de suas vivências a partir do entendimento de que a saúde mental está sujeita a determinantes sociais estruturais e proximais, em oposição à individualização de seus problemas (Azevedo et al., 2021; World Health Organization, 2014). Segundo, a seleção de participantes que compartilhavam características comuns, como a condição de universitários e usuários da Pnaes, mostrou-se acertada ao favorecer a universalidade enquanto fator terapêutico do grupo, isto é, a percepção de problemas comuns (Yalom, & Leszcz, 2006). Terceiro, o manejo do grupo pelas terapeutas, facilitado pelas técnicas artísticas, parece ter encorajado o senso de segurança no grupo (Miles & Mallinckrodt, 2017) e, por conseguinte, reduzido o isolamento frente às disparidades sociais vividas na universidade.

Ganhos em regulação emocional foram identificados por meio dos relatos de percepção, expressão e compreensão das emoções vivenciadas em grupo. Além disso, notou-se uma maior aceitação e amenização de emoções negativas, como a angústia. Os seguintes relatos explicitam essa categoria: “Foi positivo ter um momento para poder sentir e expressar tais emoções.”; “Sinto que aqui é um lugar de transformação, consegui me escutar e me entender. Consegui ouvir os meus sentimentos.”. A vivência de emoções negativas, como a ansiedade, deu-se especialmente na rememoração de experiências passadas adversas, como ilustrado neste trecho de um registro da sessão: “P. disse que também sentiu ansiedade, pois sua adolescência não foi uma época muito boa para ele.”

Vivências de emoções positivas e negativas em intervenções baseadas em arte também foram encontradas em estudos com crianças e adolescentes que vivenciaram condições adversas e traumas (Morison et al., 2021). Esses autores conduziram uma revisão sistemática e metanálise de estudos de intervenções criativas envolvendo desenho, pintura, música, teatro, cerâmica, escultura, poesia e dança, com participação ativa (produtores de arte) ou passiva (audiência para atividades artísticas), com implementação individual ou grupal. No geral, os achados mostraram que as intervenções criativas baseadas em arte para crianças e adolescentes vítimas de traumas reduziram sintomas de trauma e humor negativo. Por outro lado, os resultados foram mistos em relação a problemas externalizantes, ansiedade, autoconceito e afeto positivo. Os autores concluíram ser necessário avançar na qualidade de avaliação dessas intervenções.

Experiências exitosas em práticas narrativas coletivas com populações que vivenciaram circunstâncias adversas ou traumáticas – frequentemente com uso de metáforas, desenhos e músicas – são focadas em vínculos afetivos, práticas culturais, fortalezas, valores e aspirações de futuro que sustentam processos de construção de identidades, para além das adversidades vividas (Denborough, 2008, 2018). A não retraumatização é, por certo, um cuidado no qual as dimensões ética e técnica estão intimamente ligadas. Na oficina de arte, ora descrita, buscamos prevenir a retraumatização por meio da seleção de temas (Tabela 1) e procedimentos que oportunizavam a construção de múltiplas identidades e futuros possíveis, a partir de reflexões sobre o enriquecimento dos contextos de vida, na universidade e fora dela, sem negar as vulnerabilidades e tampouco as fortalezas ou potenciais presentes.

Os ganhos em autoestima foram observados em relatos de percepção de qualidades e progressos pessoais ao longo do processo terapêutico. Alguns exemplos dessa categoria são: “Escolhi essa música, pois representa o que as sessões têm sido pra mim: um momento de respiro, de calma; e, ainda, que me lembra de tudo que já conquistei, me ajuda a reconhecer tudo que conquistei.”; “Conheci mais a minha identidade, me sinto feliz com o meu processo e me sinto mais perto de quem quero ser, uma pessoa de luz.”; “Gostei muito de estar aqui, me sinto fortalecido.”.

O autoconhecimento foi constatado em relatos de aprofundamento nas próprias vivências, histórias e funcionamento. Frequentemente, os relatos ilustravam um “antes *versus* depois” da experiência terapêutica em grupo, como nos exemplos a seguir: “Foi um bom momento de parar e pensar em alguns aspectos que, no dia a dia, passam despercebidos.”; “Tive muitas reflexões durante a sessão, acredito que vou continuar a pensar sobre essas questões. Agora consigo ver um desenvolvimento em áreas da minha vida.”.

Categorias Temáticas Relativas à Organização e Estrutura das Sessões

O manejo do grupo e as técnicas artísticas usadas foram percebidas, em sua maioria, como potentes na geração de reflexões, percepções e emoções, como demonstrado neste fragmento de registro da sessão: “A. relatou estar saindo muito impressionada com o processo, pois, por meio da expressão concreta de fatores abstratos – como conflitos, trajetórias, medos, conquistas – conseguiu elaborar de maneira distinta assuntos que demorou muito tempo para adentrar na terapia individual, elogiando a condução das coterapeutas.”. Tal potência da arte e das conversas de reautoria como ferramentas terapêuticas não são surpreendentes; ao contrário, reiteram evidências de que os componentes da arte – como engajamento estético, envolvimento da imaginação, ativação sensorial, evocação da emoção, estimulação cognitiva e interação social (Fancourt & Finn, 2019) – podem ativar múltiplos mecanismos de mudança, como mecanismos biológicos (ex., ao favorecer a plasticidade cerebral), psicológicos (ex., ao oportunizar o reconhecimento e expressão de emoções) e sociais (ex., ao estimular o apoio social), em consonância com a abordagem narrativa que prima pela abertura de novas compreensões significantes sobre as histórias alternativas dos sujeitos, e do enriquecimento de repertório sobre as experiências (Fancourt, 2017).

Por outro lado, os participantes relataram que, por vezes, as técnicas usadas deixaram de gerar identificação, ao fazer uso de músicas e metáforas que eram distantes de sua vivência cultural e preferências pessoais. Especificamente, foram duas atividades percebidas pelos participantes como insatisfatórias ao dificultar sua identificação: a primeira atividade foi a técnica do time da vida, que fez uso da metáfora do jogo de futebol para representar outros significativos na vida dos participantes (Denborough, 2008). Uma participante relatou que teve dificuldade em fazer associações com o futebol, por não ser um esporte do qual gostava. A segunda atividade foi o uso de músicas clássicas como parte de uma técnica de aquecimento. Nessa sessão, alguns participantes relataram distanciamento em relação às músicas, por se tratar de um gênero musical distante de seus cotidianos. Ainda que tenham sido episódios isolados, não se pode perder de vista a relevância cultural das técnicas usadas, algo já identificado como vital para a eficácia de intervenções baseadas em arte (Davies & Pescud, 2020).

Em suma, esses relatos sugerem que a oficina de arte foi percebida positivamente, tanto pelos benefícios gerados para a saúde mental dos participantes quanto pela estrutura e organização das sessões. Os dados sugerem que os temas abordados, procedimentos implementados e manejo do grupo na oficina de arte favoreceram a ampliação das narrativas sobre si, lançando luz sobre histórias alternativas e dimensões da própria identidade oculta em meio às experiências de opressão. Em que pese algum procedimento ter sido percebido como menos relevantes culturalmente, no geral, as técnicas utilizadas foram bem recebidas pelos participantes, ressaltando a compatibilidade entre as intervenções baseadas em arte, a Terapia Narrativa e Práticas Narrativas Coletivas e as necessidades dos estudantes participantes. A percepção de suporte social e o manejo grupal salientados reiteram a premissa da Terapia Narrativa e Práticas Narrativas Coletivas de que, não apenas os problemas humanos são originados socialmente, como também as suas soluções (Denborough, 2008; White, 2012).

Considerações Finais

Relatamos uma experiência de oficina de arte que se mostrou engajante e benéfica para estudantes de graduação da UnB, usuários da Pnaes. O manejo do grupo e o acolhimento grupal, indicados como positivos no relato dos participantes, sugerem que o grupo funcionou como um espaço seguro para compartilhamento e identificação (Miles & Mallinckrodt,

2017). Essas evidências, ainda que preliminares, são encorajadoras e refletem, em alguma medida, cuidados éticos e técnicos adotados no processo de trabalho, incluindo o desenvolvimento de competências para planejamento das sessões, seleção de participantes, preparo dos participantes para o processo grupal, favorecimento dos fatores terapêuticos do grupo e reflexão sobre a própria prática profissional.

Os registros das sessões e os relatos dos participantes sugerem que as oficinas de arte, tal como outras intervenções baseadas em arte com populações diversas já analisadas internacionalmente (Cornell et al., 2022; Davies & Pescud, 2020; Fancourt, 2017; Fancourt & Finn, 2019), parecem ter suscitado vivências sociais e psicológicas geradoras de bem-estar, incluindo o acolhimento grupal, regulação emocional, autoestima e autoconhecimento. Tais ganhos colocam as oficinas de arte como elegíveis no rol de possibilidades de intervenção em políticas de promoção da saúde do estudante universitário, incluindo os usuários da Pnaes, desde que cuidadosamente planejadas e implementadas, respeitando-se as necessidades, preferências e cultura local.

Diferentes desdobramentos da experiência aqui descrita – oficina de arte baseada na Terapia Narrativa e em Práticas Narrativas Coletivas – podem ser explorados, seja no ensino, na pesquisa ou na extensão universitária. Primeiro, devido à sua versatilidade, o ensino dessa abordagem, associada às intervenções baseadas em arte, poderia atender a diversas necessidades de cursos de Graduação em Psicologia, marcadamente a atuação profissional junto a populações vulnerabilizadas, atendidas nas políticas de saúde, assistência social e direitos humanos, dentre outras. Em segundo, abordagens mais sistemáticas de avaliação poderiam ser utilizadas em implementações futuras dessas intervenções, voltadas para o processo e resultados deste tipo de intervenção. Isso poderia informar os mecanismos e contextos associados aos melhores ou piores resultados desse tipo de intervenção. Por fim, o êxito da experiência de oficina de arte a torna potencialmente elegível para um projeto de extensão capaz de ampliar o público-alvo, abrangendo novos segmentos tanto da comunidade interna quanto da comunidade externa à Universidade de Brasília.

Referências

- Amarante, P., & Torre, E. H. G. (2017). Loucura e diversidade cultural: Inovação e ruptura nas experiências de arte e cultura da reforma psiquiátrica e do campo da saúde mental no Brasil. *Interface*, 21(63), 763-74. <https://doi.org/10.1590/1807-57622016.0881>
- Amorim, A. K. M. A., & Severo, A. K. S. (2019). Saúde mental, cultura e arte: Discutindo a reinserção social de usuários da Rede de Atenção Psicossocial. *Gerais*, 12(2), 282-299. <http://dx.doi.org/10.36298/gerais2019120207>
- Azevedo, R. A., Dias, A. P. Magalhães, C. R. O., Souza, C. M., & Darriba, V. A. (2021). Pelos caminhos da assistência estudantil: Pensando na saúde mental do estudante na UERJ. *Cadernos Cajuína*, 6(3), 36-47. <http://dx.doi.org/10.52641/cadcaj.v6i3.491>
- Boal, A. (1979). *Técnicas latino-americanas de teatro popular: Uma revolução copernicana ao contrário*. Hucitec.
- Braun, V., & Clarke, V. (2022). *Thematic analysis: A practical guide*. Sage.
- Campos, C. N. A., Santos, L. C., Moura, M. R., Aquino, J. M., & Monteiro, E. M. L. M. (2012). Reinventando práticas de enfermagem na educação em saúde: Teatro com idosos. *Escola Anna Nery*, 16(3), 588-596. <https://doi.org/10.1590/S1414-81452012000300023>
- Cavalcanti, L., Liberman, F., & Garcia, M. L. (2022). Visita a exposições artísticas: Considerações acerca da recepção estética. *Fractal: Revista de Psicologia*, 34, 1-9. <https://doi.org/10.22409/1984-0292/2022/v34/5906>
- Clem, E. L. V., Vinhal, J. M., & Conceição, M. I. G. (2022). Challenges of low-income students in public higher education. *SciELO Preprints*, 1-14. <https://doi.org/10.1590/SciELOPreprints.5032>
- Cornell, J., Kessi, S., & Ratele, K. (2022). Examining the dynamics of belonging and alienation in higher education through photovoice. *Health Promotion Practice*, 23(2), 325-330. <https://doi.org/10.1177/15248399211054779>
- Davies, C., & Pescud, M. (2020). *The arts and creative industries in health promotion*. Sax Institute for The Victorian Health Promotion Foundation. https://www.saxinstitute.org.au/wp-content/uploads/20.12_Evidence-Check_arts-and-health-promotion.pdf

- Decreto nº 7.234, de 19 de julho de 2010. (2010, 19 de julho). Dispõe sobre o Programa Nacional de Assistência Estudantil - PNAES. Presidência da República. https://www.planalto.gov.br/ccivil_03/_ato2007-2010/2010/decreto/d7234.htm
- Denborough, D. (2008). *Práticas narrativas coletivas: Trabalhando com indivíduos, grupos e comunidades que vivenciaram traumas*. Dulwich Centre Publications.
- Denborough, D. (2012). A storyline of collective narrative practice: A history of ideas, social projects and partnerships. *The International Journal of Narrative Therapy and Community Work*, 1, 40-65. https://www.researchgate.net/publication/299757510_A_storyline_of_collective_narrative_practice_a_history_of_ideas_social_projects_and_partnerships
- Denborough, D. (2018). *Você quer ouvir uma história? Aventuras em práticas narrativas coletivas*. Dulwich Centre Publications
- Fancourt, D. (2017). *Arts in health: Designing and researching interventions*. Oxford University Press.
- Fancourt, D., & Finn, S. (2019). *What is the evidence on the role of the arts in improving health and well-being? A scoping review*. World Health Organization. <https://www.who.int/europe/publications/i/item/9789289054553>
- Gama, C. A. P., Campos, R. T. O., & Ferrer, A. L. (2014). Saúde mental e vulnerabilidade social: A direção do tratamento. *Revista Latinoamericana de Psicopatologia Fundamental*, 17(1), 69-84. <https://doi.org/10.1590/S1415-47142014000100006>
- Grandesso, M. (2011). “Dizendo olá novamente”: A presença de Michael White entre nós, terapeutas familiares. *Nova Perspectiva Sistêmica*, 20(41), 99-118. <https://revistanps.com.br/nps/article/view/208>
- Instituto Brasileiro de Geografia e Estatística. (2025). *Rendimento domiciliar per capita — 2024 (PNAD Contínua)*. <https://painel.ibge.gov.br/pnad/>
- Jesus, P. (2017). Michel Foucault e a revolução narrativa em psicopatologia e psicoterapia: Ser-em-estórias entre pathos e poíesis. *Revista Latinoamericana de Psicopatologia Fundamental*, 20(3), 511–525. <https://doi.org/10.1590/1415-4714.2017v20n3p511.7>
- Julião, C. R. F., Pereira, L. I., & Ferreira, M. A. M. (2022). O impacto do Programa Nacional de Assistência Estudantil no desempenho dos discentes brasileiros de baixa renda. *Revista Gestão Universitária na América Latina-GUAL*, 15(1). 203-225. <https://doi.org/10.5007/1983-4535.2022.e84021>
- Kroth, D. C., & Barth, E. (2022). Do acesso ao êxito acadêmico: A importância da política de assistência estudantil no ensino superior. *Desenvolvimento em Questão*, 20(58), 1-21. <https://doi.org/10.21527/2237-6453.2022.58.12102>
- Lei nº 12.711, 29 de agosto de 2012. (2012, 29 de agosto). Dispõe sobre o ingresso nas universidades federais e nas instituições federais de ensino técnico de nível médio e dá outras providências. Presidência da República. https://www.planalto.gov.br/ccivil_03/_ato2011-2014/2012/lei/112711.htm
- Leszcz, M. (2017) How understanding attachment enhances group group therapist effectiveness. *International Journal of Group Psychotherapy*, 67(2), 280-287. <https://doi.org/10.1080/00207284.2016.1273745>
- Lion, C. M. (2017). Caminhando no contexto das práticas colaborativas e narrativas: Experiências profissionais transformadas. *Nova Perspectiva Sistêmica*, 26(57), 21–36. <https://revistanps.emnuvens.com.br/nps/article/view/275>
- Ludermir, A. B. (2008). Desigualdades de classe e gênero e saúde mental nas cidades. *Physis: Revista de Saúde Coletiva*, 18(3), 451-467. <https://doi.org/10.1590/S0103-73312008000300005>
- Machado, F. V., Carvalho, I. C. M., & Liberali, J. (2021). *Literatura e saúde pública. Territórios e cuidado: Gênero, família, vida e morte*. Editora Rede Unida.

- Matheus, M. S., & Bolze, S. D. A. (2022). Michael White: Marcos teóricos da prática narrativa. *Fractal: Revista de Psicologia*, 34, 1-9. <https://doi.org/10.22409/1984-0292/2022/v34/28539>
- Matraca, M. V. C., Wimmer, G., & Araújo-Jorge, T. C. (2011). Dialogia do riso: Um novo conceito que introduz alegria para a promoção da saúde apoiando-se no diálogo, no riso, na alegria e na arte da palhaçaria. *Ciência & Saúde Coletiva*, 16(10), 4127-4138. <https://doi.org/10.1590/S1413-81232011001100018>
- Menezes, A. S., Silva, M. A., Oliveira, K. F., Carvalho, K. M., & Lima, A. C. N. (2023). Programa Nacional de Assistência Estudantil e desempenho acadêmico: Evidências empíricas, diferentes reflexões. *Revista Gestão Universitária na América Latina-GUAL*, 16(3), 91-113. <https://doi.org/10.5007/1983-4535.2023.e92562>
- Miles, J. R., & Mallinckrodt, B. (2017). Establishing a secure base to increase exploration of diversity in groups. *International Journal of Group Psychotherapy*, 67(2), 259-275. <https://doi.org/10.1080/00207284.2016.1264721>
- Morison, L., Simonds, L., & Stewart, S. F. (2021). Effectiveness of creative arts-based interventions for treating children and adolescents exposed to traumatic events: A systematic review of the quantitative evidence and meta-analysis. *Arts & Health*, 14(3), 1-26. <https://doi.org/10.1080/17533015.2021.2009529>
- Mussliner, B. O., Mussliner, M. S. S., Meza, E. B. M., & Rodríguez, G. L. (2021). O problema da evasão universitária: Um desafio à democratização do ensino superior público. *Brazilian Journal of Development*, 7(4), 42738-42758. <https://doi.org/10.34117/bjdv7n4-640>
- Patel, V., Burns, J. K., Dhingra, M., Tarver, L., Kohrt, B. A., & Lund, C. (2018). Income inequality and depression: A systematic review and meta-analysis of the association and a scoping review of mechanisms. *World Psychiatry*, 17(1), 76-89. <https://doi.org/10.1002/wps.20492>
- Philippini, A. (2018). *Linguagens e materiais expressivos em arteterapia: Uso, indicações e propriedades*. Wak Editora.
- Polejack, L., Leandro-França, C., Vasconcelos, L. A., Murta, S. G., Santos, J. E., Odeh, M. M., Moura, D., Cristina, K., Brasil, T. R., Pedroza, R. L. S., Turra, V., Macedo, K., Rodrigues, D. S., Gomes, D. O., Oliveira, F. M., Ramos, J. C. A., Santos, R. L., Marano, K. L. L., Novaes, R. E., Rezende, R. C., ... Barros, S. F. (2021). A Universidade de Brasília promotora de saúde no contexto da pandemia de COVID-19. In S. G. Murta, M. I. G. Conceição, C. Leandro-França, R. F. de Sá, L. A. Nobre-Sandoval, L., & L. Polejack (Eds.), *Promoção da saúde e prevenção de agravos à saúde: Diálogos de norte a sul* (Cap. 12, pp. 273-317). Editora Rede Unida. <https://editora.redeunida.org.br/project/promocao-da-saude-e-prevencao-de-agravos-a-saude-dialogos-de-norte-a-sul/>
- Portaria Normativa nº 39, de 12 de dezembro de 2007. (2007, 12 de dezembro). Institui o Programa Nacional de Assistência Estudantil - PNAES. Ministério da Educação. http://portal.mec.gov.br/arquivos/pdf/portaria_pnaes.pdf
- Rasras, K. (2005). A human rights approach to psychotherapy. *The International Journal of Narrative Therapy and Community Work*, (3/4), 57-60. <https://dulwichcentre.com.au/wp-content/uploads/2016/12/A-Human-Rights-Approach-to-Psychotherapy.pdf>
- Reis, A. E. S., Schweickardt, J. C., Guedes, T. R. O. N., Santos, I. C. P. A. M., & Murta, S. G. (2024). Navegando pelos “Rios da Vida”: A produção do cuidado em situações de urgência e emergência em um território da Amazônia. *Interface - Comunicação, Saúde, Educação*, 28, 1-16. <https://doi.org/10.1590/interface.230649>
- Resolução nº 510, de 7 de abril de 2016. (2016, 7 de abril). O Plenário do Conselho Nacional de Saúde em sua Quinquagésima Nona Reunião Extraordinária, realizada nos dias 06 e 07 de abril de 2016, no uso de suas competências regimentais e atribuições conferidas pela Lei nº 8.080, de 19 de setembro de 1990, pela Lei nº 8.142, de 28 de dezembro de 1990, pelo Decreto nº 5.839, de 11 de julho de 2006. Ministério da Saúde. https://bvsms.saude.gov.br/bvs/saudelegis/cns/2016/res0510_07_04_2016.html
- Reynolds, V. (2023). *Justice-doing at the intersections of power*. Dulwich Centre Publications

- Rezende, D., & Alice, T. (2017). Performers sem fronteiras, uma plataforma clínico-performativa de ações em arte relacional. *Fractal: Revista de Psicologia*, 29(2), 196-202. <https://doi.org/10.22409/1984-0292/v29i2/2332>
- Santos, G. C., Brisola, E. B. V., Moreira, D., Tostes, G. W., & Cury, V. E. (2023). Impacto do racismo nas vivências de mulheres negras brasileiras: Um estudo fenomenológico. *Psicologia: Ciência e Profissão*, 43,1-16. <https://doi.org/10.1590/1982-3703003249674>
- Silva, M. A. P., Giacon-Arruda, B. C. C., Marcheti, P. M., Teston, E. F., Veivenberg, C. G., & Lima, H. P. (2022). Bordando saúde: Percepção de mulheres em sofrimento psíquico sobre a vivência em uma oficina terapêutica. *Cogitare Enfermagem*, 27, 1-10. <https://doi.org/10.5380/ce.v27i0.81933>
- Souza, C. O. (2017). *A universidade promotora da saúde: Uma revisão de literatura* [Dissertação de Mestrado, Universidade Federal da Bahia]. Repositório Institucional da UFBA. <https://repositorio.ufba.br/handle/ri/23569>
- Strack, R. W., Orsini, M. M., & Ewald, D. R. (2022). Revisiting the roots and aims of photovoice. *Health Promotion Practice*, 23(2), 221-229. <https://doi.org/10.1177/15248399211061710>
- Trombeta, G., Scienza, L., & Reis, M. J. D. (2022). Uso de métodos fotográficos no contexto da saúde mental: Uma revisão integrativa. *Psicologia: Teoria e Prática*, 24(1), 1-20. <https://doi.org/10.5935/1980-6906/ePTPSP13547.pt>
- White, M. (1988). *The process of questioning: A therapy of literary merit?* Dulwich Centre Newsletter.
- White, M. (2007). *Maps of narrative practice*. Norton & Company, Inc.
- White, M. (2012). *Mapas da prática narrativa*. Pacartes.
- White, M., & Epston, D. (1990). *Narrative means to therapeutic ends*. Dulwich Centre.
- Wilkinson, R., & Pickett, K. (2019). *The inner level: How more equal societies reduce stress, restore sanity and improve everyone-s well-being*. Penguin Press
- World Health Organization. (2014). *Social determinants of mental health*. <https://www.who.int/publications/i/item/9789241506809>
- Yalom, D., & Leszcz, M. (2006). *Psicoterapia de grupo: Teoria e prática*. Artmed.
- Zanello, V. (2020). *Saúde mental, gênero e dispositivos: Cultura e processos de subjetivação*. Editora Appris

Agradecimentos:

As autoras agradecem a Natália Iturri-Angulo e Tatiana Akemi Mikami Shinohara pela contribuição no planejamento de procedimentos baseados em arte que geraram algumas das oficinas de arte descritas neste artigo.

Como citar:

Murta, S. G., Oliveira, A. S., Carvalho, B. M. C., Mendonça, C. V., Drumond, G. O., Morais, J. M. L. C., Santos, N. L. C., Lobo, N. L. S., Bittencourt, L. O., & Marin, A. H. (2025). Oficinas de Arte para Promoção da Saúde Mental de Estudantes Universitários. *Revista Subjetividades*, 25(Esp.), e15199. <https://doi.org/10.5020/23590777.rs.v25iEsp.e15199>

Endereço para correspondência:

Sheila Giardini Murta
E-mail: sheilagmurta@gmail.com

Alice Salgado Oliveira
E-mail: alicesalgado2001@gmail.com

Beatriz Moreno Campos Carvalho
E-mail: biamorenocampos@gmail.com

Carolina Vieira Mendonça
E-mail: carolina.cvm99@gmail.com

Gabrielle Oliveira Drumond
E-mail: gabrielle.drumond@estudante.ufff.br

Jade Maria Lima Carneiro de Morais
E-mail: jademorais2808@gmail.com

Nayade Louize da Costa Santos
E-mail: nayadelouizedacostasantos@gmail.com

Natália Lemes Sixel Lobo
E-mail: natalia.l.s.lobo@gmail.com

Luana Orsi Bittencourt
E-mail: luanaorsib@gmail.com

Angela Helena Marin
E-mail: marin.angelah@gmail.com



Recebido em: 24/04/2024.
Aceito em: 14/09/2025.