

Formação em psicologia e saúde mental na atualidade: uma oficina de corpo e um caderno coletivo como dispositivos experimentais

Training in psychology and mental health today: a body workshop and a collective notebook as experimental devices

Laura Pozzana; Virgínia Kastrup

Universidade Federal do Rio de Janeiro

RESUMO:

Frente aos problemas de saúde apresentados na universidade pública nos dias atuais, somos forçadas a repensar a formação dos alunos de psicologia. Visando propor uma formação mais baseada na experiência compartilhada do que na transmissão de informação, criamos dois dispositivos: uma oficina de experimentação corporal e estética e um caderno coletivo. Os dispositivos foram propostos numa disciplina eletiva sobre Arte e Psicologia oferecida no curso de graduação em Psicologia da Universidade Federal do Rio de Janeiro. Nosso objetivo neste texto é apresentar o processo de criação destes dispositivos, analisando e acompanhando alguns de seus efeitos. Para isso realizamos uma pesquisa-intervenção baseada no método da cartografia. Concluímos que a exposição do corpo e a escrita coletiva abriram espaço para a exposição da vulnerabilidade e do sofrimento dos estudantes. Acontecimentos e temas partilhados produziram participação e a experiência do cuidado no processo de formação, fazendo surgir novos modos de habitar a universidade.

Palavras-chave: formação em psicologia; oficina de corpo; caderno coletivo

ABSTRACT:

Faced with the health problems presented at the public university nowadays, we are forced to rethink the training (formation) of psychology students. Aiming to propose training rather based on shared experience than on information transmission, we created two devices: a body and aesthetic experimentation workshop as well as a collective notebook. Both devices were proposed during an elective course on Art and Psychology offered in the undergraduate course in Psychology of the Federal University of Rio de Janeiro. Our objective in this text is to present the process of creating these devices, analyzing and following (keeping up with?) some of their effects. In order to do so, we carried out an intervention research based on the cartography method. We conclude that the exposition (exposure?) of the body and the collective writing have opened space for exposing students' vulnerability and suffering. Events and shared themes produced participation and the experience of care in the process of training, giving rise to new ways to occupy the university.

Key-words: training in psychology; body workshop; collective notebook

*Os fios soltos do experimental são energias que brotam para
um número aberto de possibilidades*
Hélio Oiticica, 2011

Introdução

Nos dias atuais temos assistido o crescimento de uma atmosfera adoecedora nas universidades públicas brasileiras, que afeta o corpo discente, além de docentes e funcionários técnico-administrativos. Os sintomas são muitos e indicam uma experiência na universidade em tempos de crise. Ansiedade, depressão, pânico, desânimo, doenças autoimunes, dores musculoesqueléticas e problemas gástricos. As manifestações de sofrimento - chegando por vezes ao ato extremo do suicídio - são sintomas de uma vida estressante, esgotada e pouco potente para o estudo e o trabalho. No contexto da Universidade Federal do Rio de Janeiro (UFRJ), o Centro de Filosofia e Ciências Humanas (CFCH) publicou em 2018 três dossiês dedicados ao problema da saúde mental na universidade, voltados respectivamente à graduação, à pós-graduação e aos técnicos-administrativos¹. Os textos trazem depoimentos, acontecimentos e reflexões e buscam traçar um diagnóstico da atualidade, tratando de questões pertinentes ao atual momento político brasileiro e sua articulação com o aumento do sofrimento no cotidiano na UFRJ.

No dossiê dedicado à graduação², o aluno do Instituto de Psicologia (IP) Caíque Azael toma como base o relatório da Organização Mundial da Saúde e afirma: “Se as relações sociais estão fragilizadas, se a organização social vive um período de instabilidade, de rupturas, de violências, os corpos produzidos e reprodutores dessa realidade vão se formar com isso, gerando ansiedades e demais transtornos do adoecimento”. O próprio ambiente acadêmico é muitas vezes sentido como hostil, o que torna urgente trazer o problema do cuidado com a saúde dos estudantes para a discussão sobre o processo de formação.

O uso de medicamentos é cada vez maior. A cultura da competição, o produtivismo e a meritocracia têm produzido corpos armados, anestesiados e isolados uns dos outros. Aulas baseadas no modelo da transmissão de informação e no que Francisco Varela (1988) denominou “modelo do tubo” reforçam o individualismo no âmbito das práticas acadêmicas. Corpos dóceis sentados em carteiras distribuídas em fileiras, com o professor ocupando a parte da frente da sala de aula, encarnam bem o referido modelo, claramente disciplinar e hierárquico, separando o professor que possui

saber e transmite informação e os alunos que devem receber este saber. Embora o conhecimento e a formação ocorram em grupo, a disposição espacial e as estratégias pedagógicas não favorecem relações e trocas entre os estudantes. Tal como descrito acima, o dispositivo tradicional de formação é baseado na transmissão de representações mentais, cabendo aos estudantes o processamento das informações recebidas. Em última análise, a formação é baseada na inteligência, não conferindo importância e lugar ao corpo e aos afetos no processo de aprendizagem. Existem inúmeras críticas a tal modelo, no que tange à disciplina escolar, à transmissão hierárquica do conhecimento e ao individualismo configurado pelas práticas de ensinar e aprender (GADOTTI, 2000, MACEDO; DIMENSTEIN, 2011, TEIXEIRA, 2003).

Focalizando o problema na formação universitária e nos problemas de saúde com os quais nos vemos confrontados na contemporaneidade, o objetivo deste texto é analisar o processo de criação de dois dispositivos na formação do psicólogo: uma oficina de experimentação corporal e estética e um caderno coletivo construído com os estudantes. Os dispositivos foram propostos na disciplina Tópicos Especiais em Psicologia Experimental (TEPEX), oferecida no Instituto de Psicologia (IP) da UFRJ. A disciplina é eletiva, oferecida todos os semestres e possui carga horária de 60 horas semestrais, que é distribuída em aulas de 3:30h em 15 semanas. Cada turma possui em média 25 alunos. A disciplina foi inicialmente oferecida pelas autoras em colaboração (2015-2016) e em seguida por uma delas (2017-2018). Possui como tema maior o estudo das relações entre Arte e Psicologia e como objetivo pensar a potência da arte como disparadora de produção de subjetividade. Nosso objetivo neste texto é apresentar o processo de criação dos referidos dispositivos, analisando sua implementação e acompanhando alguns de seus efeitos na formação dos estudantes de psicologia. Para isso foi realizada uma pesquisa-intervenção baseada no método da cartografia (PASSOS, KASTRUP e ESCÓSSIA, 2009; PASSOS, KASTRUP e TEDESCO, 2014), e os dados foram gerados por meio de diários de campo e de um caderno coletivo virtual produzido com os estudantes.

Cabe ressaltar que não buscamos situar a implementação e a discussão de novos dispositivos de formação numa suposta dicotomia entre teoria e prática. Não se trata de criticar o excesso de teoria da formação do psicólogo em favor de uma formação mais prática e baseada em estágios e projetos. Nossa ênfase recai sobre o potencial de adoecimento do modelo individualista e mentalista do tubo, baseado na transmissão de

informação, e na proposta, em seu lugar, da formação baseada na experiência compartilhada como uma diretriz de maior atenção e cuidado, mais comprometida com a saúde dos estudantes. Como um movimento de resistência, apostamos na possibilidade de nos abirmos à experiência corporal e compartilhada e dela extrair um conhecimento encarnado. Segundo Jorge Larrosa Bondia (2002)

A experiência, a possibilidade de que algo nos aconteça ou nos toque, requer um gesto de interrupção, um gesto que é quase impossível nos tempos que correm: requer parar para pensar, parar para olhar, parar para escutar, pensar mais devagar, olhar mais devagar, e escutar mais devagar: parar para sentir, sentir mais devagar, demorar-se nos detalhes, suspender a opinião, suspender o juízo, suspender a vontade, suspender o automatismo da ação, cultivar a atenção e a delicadeza, abrir os olhos e os ouvidos, falar sobre o que nos acontece, aprender a lentidão, escutar aos outros, cultivar a arte do encontro, calar muito, ter paciência e dar-se tempo e espaço. (p. 24)

Nessa disciplina sobre arte e psicologia, experimentamos desde 2015 diferentes temas, referências teóricas e propostas metodológicas e avaliativas. A principal base teórica da disciplina são os textos de Gilles Deleuze e Félix Guattari sobre arte e produção de subjetividade, bem como as contribuições de Francisco Varela no campo das ciências cognitivas. Como críticos do modelo da representação, esses autores afirmam um pensamento que escapa tanto do modelo idealista quanto realista na concepção de mundo e de nós mesmos. Nem o mundo está nas ideias, sendo o conhecimento mera produção subjetiva, nem tampouco o mundo preexiste, devendo ser conhecido por meio de representações. O conhecimento não se transmite por representações mentais abstratas, mas por ações concretas e práticas corporais que mobilizem não apenas a inteligência, mas a experiência e os afetos. Para que o processo de aprendizagem se cumpra, o conhecimento deve ser corporificado. Ora, nossas práticas de formação deveriam seguir esta mesma direção e os dispositivos inventados visavam dar concretude a essas ideias.

A urgência da criação de novos dispositivos

Desde 2015, o tema do corpo fez parte no programa da disciplina. Buscamos trabalhar a ideia de que em arte o fazer e o apreciar não são posições dicotômicas. A prática artística caminha junto com a percepção estética, sendo ambas atividades criadoras. É o fazer artístico que engendra o artista e não aprendemos nada ao psicologizar a criação, explicando a obra pelo artista. Algumas questões nos acompanharam: 1). Em que medida podemos entender a experiência com a arte, tanto do ponto de vista de quem faz quanto de quem aprecia?; 2) Através de que mecanismo

podemos entender a experiência com a arte como produção de subjetividade?; 3) Qual a relação entre corpo e produção de subjetividade?; 4) De que maneira o estudo da experiência estética e dos processos de criação pode ajudar a entender a vida cotidiana de todos nós?; 5) Como o estudo e a própria experiência com a arte é importante na formação do psicólogo?

A primeira parte da aula era expositiva e a segunda era reservada para uma oficina de experimentação corporal, com proposições abertas, onde se buscava criar estados de disponibilidade, bem como a expansão da atenção e da percepção. Desde o início buscamos disparar, como parte da metodologia do curso, o hábito da escrita, para além daquela que registra apontamentos de aula e resumos de texto. Estimulamos a escrita de relatos das aulas que fosse feita como uma coleta de experiências suscitadas pelas práticas e conversas em grupo. Coleta que cultiva, que cria, que cuida e coletiviza. Indicamos que cada aluno e aluna tivesse um caderno pessoal nos moldes de um *Hipomnemata*, tal como nos apresenta Michel Foucault (1992) ao tratar da escrita como uma prática de si entre os gregos, com função *ethopoiética*, ou seja, operadora de transformação de verdade em *ethos*. O caderno serviria como memória material das coisas lidas, ouvidas, vistas e pensadas, sempre disponível à leitura e releitura pelo próprio estudante. Poderia reunir os conceitos trabalhados em aula, as discussões e as práticas compartilhadas, assim como aquilo que emergisse na experiência, nos encontros e nos estudos.

Trabalhamos também a partir da obra de Hélio Oiticica, tendo como fio condutor os processos inventivos que atravessam a percepção, o corpo e a experiência estética. Neste sentido, a relação entre arte e corpo vai muito além de domínios específicos como as artes cênicas, a dança e o teatro, e também da chamada *body art*. Todas as artes mobilizam o corpo, que participa ativamente da experiência estética. Seja nas artes plásticas, na música ou na literatura, a experiência com a obra não se limita ao trabalho de um ou outro sentido isolado – como a visão ou a audição –, mas mobiliza e ativa o corpo inteiro. Estudando a produção escrita de artistas brasileiros contemporâneos como Lygia Clark (1998) e Hélio Oiticica (2011), discutimos o deslocamento progressivo da ênfase na criação da obra para o compromisso explícito de produzir mudanças no percebido, transformando seu modo de sentir, agir, pensar, aprender e desejar.

Outro tema discutido na disciplina foram as práticas artísticas grupais e a pesquisa de acompanhamento de processos, na arte e na psicologia. Neste momento investigamos mais diretamente as oficinas como dispositivos estéticos de produção de subjetividade na formação do psicólogo, assim como na intervenção psicológica com pessoas com deficiência e no campo da saúde mental. Buscamos sempre articular a experiência de estudo e a oficina de experimentação corporal com uma atitude investigativa de acompanhamento de processo, utilizando a escrita como registro do que emerge a partir do corpo presente, atento e aberto.

Ganha relevo o conceito de coletivo (GUATTARI, 1992; ESCÓSSIA, 2014) entendido como plano aquém e além do indivíduo, ou seja, podendo comparecer como plano coletivo de forças e como *socius* (grupos, instituições). O conceito de coletivo como uma das bases para entender e experimentar o dispositivo oficina na formação e na atuação dos alunos de psicologia. Sob tal perspectiva, a noção de formação da grupalidade ganha destaque e serve de mote para o exercício do manejo grupal. O tema do manejo surgiu como demanda dos alunos ao analisarmos os depoimentos dos semestres anteriores.

Em 2018, fizemos um gesto mais radical na afirmação de produção de conhecimento corporificado e coletivo. Estudamos sobre grupos e seu manejo no contexto de uma experimentação da grupalidade (BARROS, 2009). A importância da escrita a partir da experiência, encarnada, exigiu abrir momentos para ler e debater os relatos dos estudantes em sala de aula, e com isso aprender a acompanhar o processo de cada um e da própria turma. Foi criado assim um caderno-em-formação. A disciplina de graduação foi ganhando mais e mais o estatuto de pesquisa-intervenção, revelando a importância do cultivo da atenção e da experiência na formação do psicólogo.

Dando continuidade a este movimento, definimos que cada aluno teria seu caderno, mas haveria também um caderno coletivo. O caderno seria composto por relatos produzidos e colocados em um arquivo do *Google Drive* aberto semanalmente. A indicação era que o relato fosse escrito a partir da experiência de cada um, articulando ou não com conceitos e autores trabalhados. Buscando desenvolver uma escrita cartográfica, cada texto deveria ter um título que sintetizasse o que tinha sido mais importante, mais intenso, mais expressivo do ponto de vista da experiência.

Em 2018 o tema proposto foi *Cognição e produção de subjetividade: pensando práticas psi - de olho (em mim) na Praia Vermelha*³. A ideia era ampliar o território da disciplina para além da sala de aula, explorando o campus da Praia Vermelha. A

fronteira entre aula e oficina ficou cada vez mais permeável e por vezes se dissolvia. A metodologia de acompanhamento de processos seguiu incluindo o uso de um caderno pessoal, agora em estilo artesanal. Para isso, realizamos uma oficina de cadernos. O caderno seria um dispositivo de aprendizagem para cada um dos estudantes - nada dele seria cobrado. A indicação é que ele fosse um companheiro de percurso. Neste momento, o caderno coletivo ganha relevância. Ao final do semestre, tínhamos 150 páginas escritas.

A seguir apresentamos mais detalhadamente os dois dispositivos analisados: a oficina de experimentação corporal e o caderno coletivo.

Uma oficina de experimentação na formação em psicologia e o aprendizado do corpo

A oficina têm sido um dispositivo amplamente adotado em espaços de saúde, educação e trabalho, assim como em congressos, eventos e momentos de convivência. Oferecidas por educadores, psicólogos, terapeutas ocupacionais, bailarinos, brincantes, músicos e artistas em geral, as oficinas surgem com diferentes propósitos e intervêm em múltiplos campos (LIMA, 1997, 2008, CORRÊA, 2008, RAUTER, 2000, SILVA et al 2014, WANDERLEY, 2008). As oficinas em geral são práticas grupais, envolvendo uma relação com as pessoas e consigo mesmo, podendo ou não possuir o compromisso com um processo de aprendizagem. Quando as oficinas possuem um caráter experimental e artístico, o saber que se produz é uma questão em aberto, colocada pela própria prática e pela matéria que move a oficina. Por certo, oficinas não são espaços de transmissão de conhecimento e informação como as salas de aulas tradicionais, onde um professor fala e uma turma escuta. O dispositivo oficina se diferencia do dispositivo sala de aula exatamente neste aspecto: o saber é produzido na circularidade entre as presenças, na experiência compartilhada. O que é trabalhado/produzido não se separa do próprio processo – mobiliza o corpo e a atenção.

Como coloca Cristina Rauter (2000), ao comentar sua utilização no campo da saúde mental,

o desejo é por si mesmo revolucionário por ser produtor não apenas de fantasias mas de mundos, e é por isso que a questão das oficinas se reveste de um caráter imediatamente político. As oficinas serão terapêuticas ou funcionarão como vetores de existencialização caso consigam estabelecer outras e melhores conexões que as habitualmente existentes entre produção desejante e produção de vida material. Caso consigam conectar-se com o plano de imanência da vida, o mesmo plano com base no qual são engendrados a arte, a política e o amor (p. 269-270).

As oficinas que realizamos como parte do processo de formação em psicologia não tiveram como proposta direta a capacitação, a profissionalização e a reabilitação funcional. Também não são meros momentos de passatempo e entretenimento. As oficinas de experimentação corporal são dispositivos de produção de subjetividade. Tal como propõe Gilles Deleuze (1988), o dispositivo é “um conjunto multilinear [onde] os objetos visíveis, os enunciados formulados, as forças em exercício, os sujeitos em posição são como vetores ou tensores” (p.1). Constitui um artifício que reúne formas e modos de ser constituídos (ideias, gestos, materiais, crenças, julgamentos, etc.) e abertura para atualizações e invenções de novos modos de existência. A oficina inclui humanos e também não humanos, constituindo um dispositivo de transversalidade. Assim, um modo de dispor no e do espaço, que viabiliza o atravessamento do coletivo em atualizações continuadas. Comprometidas com a produção de subjetividade, não são voltadas ao sujeito, ao psiquismo, à mente, à interioridade, ao indivíduo em oposição ao objeto, ao corpo, à exterioridade e à sociedade. Elas partem do plano das práticas, das ações, das experiências, para ativar a processualidade da subjetividade.

Enfim, as oficinas não são práticas obrigatórias, tampouco visam adaptação, ou tratamento. Todavia podem ser experimentados como dispositivos de formação em psicologia, que apostam na saúde dos estudantes.

As oficinas de experimentação corporal, grupal e estética que criamos como dispositivos de formação em psicologia partiram de duas inspirações principais: As práticas do Sistema Rio Aberto e as proposições *Experimentactions* do artista brasileiro Hélio Oiticica.

O Sistema Rio Aberto é uma escola de origem argentina fundada nos anos 60 por María Adela Palcos, que trabalha no sentido de despertar a presença de cada um e abrir espaços para a expressividade dos afetos. Através da prática corporal, busca-se criar condições de convergência entre aquilo que se sente, se pensa e se faz, ou seja, entre a experiência e a ação, entre experiência e movimento. O que está no horizonte é uma ampliação das conexões de cada um consigo mesmo e com o mundo (POZZANA, 2008, 2017).

Experimentactions foram aulas ministradas por Hélio Oiticica na *Young Men's & Young Women's Hebrew Association*, em Nova York, em 1972. O anti-curso, como Hélio gostava de nomear, tinha por objetivo estimular a percepção sensorial dos materiais, a construção de lugares (labirintos, ninhos, cabines) e a participação coletiva⁴.

Hélio oferece temas e orientações práticas para desenvolvê-las, tais como: o dentro e o fora; a percepção do corpo no espaço; estruturas manipuláveis; a feitura de capas no corpo; improvisar um programa a ser gravado; a proposição de jogos; visitar um local fora da sala de aula e conceber uma situação correlacionada; montar ninhos para lazer; exercícios com objetos do cotidiano; conhecer experiências de outros artistas (Lygia Clark, por exemplo); a produção de uma performance pública; a observação da cor em diferentes estruturas, entre outros – e até mesmo propor uma aula em que as pessoas possam “propor propor”. As aulas de Hélio Oiticica chamam atenção para a ação do participante e novos comportamentos perceptivos. É preciso dilatar a consciência do indivíduo não mais através do intelecto, mas da experiência da liberdade (OITICICA, 2011). Para isto, Hélio convoca à desalienação do condicionamento cotidiano a partir de exercícios de criação, da improvisação e da expressividade corporal.

Trouxemos essas ideias para o contexto da formação em psicologia, inventando estratégias para a sua implementação. Uma delas era a abertura para a experimentação. Geralmente no início da aula, organizados em roda, dedicávamos um tempo a lentificar o ritmo geralmente acelerado, atrelado ao cotidiano, despertando o corpo a partir de pequenos movimentos das articulações, com respirações guiadas, exercícios de escuta, com o uso do toque e por vezes alguma música.

Fazendo um levantamento dos relatos, constatamos que alguns alunos expressaram como aquele contato disparado nas oficinas colaborou em termos de aprendizado do corpo, produzindo falas e percepções a partir da experiência de cada um: “mudou tudo entre as pessoas que fizeram a prática na sala, pois encontrar no corredor um e outro tinha, desde então, uma graça diferente”. Outras falas emergiram na conversa e apontavam o processo movente e trans-formador daquela turma de graduação: “Logo me senti próximo de quem nem conhecia”, “nunca havia tocado num colega de turma”, “trabalhamos com um outro modo de olhar e tocar, teve troca e escuta para questões da atualidade”, “senti uma espécie de amor, mesmo sem saber nada da vida pessoal de algumas pessoas”, “podia ficar horas na oficina sem lembrar de coisas de fora”, “gostaria que tivesse toda semana” e “um absurdo uma faculdade de psicologia não ter mais isso”.

Muitas falas do corpo apareceram dizendo de questões ligadas à saúde e a um modo de fazer que trazia o cuidado: “foram encontros que nos abriram e nos deram permissão”, “me senti mais generosa do que de hábito”, “tinha afeto e o movimento do

corpo foi movimento junto". Muitos relatos narraram a percepção da mudança de estado com este outro modo de estarmos organizados, de recebermos e fazermos as propostas. Falavam de um sono e um cansaço generalizado que passavam quando as oficinas começavam, quando se sentiam mais dispostos. Uma aluna não fazia com facilidade as oficinas, dizia que tinha problemas articulares e fibromialgia: "a dor é uma lembrança do corpo que dizia que algo não ia bem, pois o corpo sou eu. Mas nunca passava. Me permiti mais do que de costume, saí de uma zona de conforto e gostei de dar vida à zonas mortas". Muitos diziam dos efeitos em termos de respirar melhor, inclusive relacionando com o ambiente acadêmico: "respiro no meio do sufoco que é graduar-se no Instituto de Psicologia", "Isso aqui não é uma surra de conteúdo, posso respirar no IP, "terça é o dia da semana que não sinto enxaqueca", "ficar em pé numa sala de aula é algo impensado", "deitamos", "requebramos". "Levantar e se mexer é rejuvenescedor", "uma aula com mais encontros e sorrisos". Uma aluna afirmou: TEPEX é Tanta Emoção Para EXperimentar!

O caderno coletivo: tecendo experiências e memórias na formação em psicologia

A fim de cultivar a experiência do aprender e instigar alunos e alunas a fazerem pesquisa, indicamos o uso do caderno pessoal para que registrassem questões emergentes das discussões, inspirações poéticas e sobretudo pudessem fazer o exercício de relatar as práticas e os efeitos delas nesse tempo de convívio e estudo tomado na disciplina. Como mais um dispositivo de acompanhamento de processo, criamos um caderno coletivo no *Google Drive* onde cada semana um arquivo (*Google docs*) seria aberto para que os estudantes pudessem compartilhar suas experiências. A indicação era que cada um escrevesse um texto de 200 a 300 palavras e contasse da experimentação da aula, de alguma observação ligada a ela, assim como de temas abordados nos textos lidos e debatidos, com um título proposto como exercício de contração do que tinha vivido de forte, de mais intenso na experiência. Os relatos deveriam ser postados a tempo para que eu, a monitora e quem mais quisesse, pudesse ler. Cada um podia livremente comentar o texto do colega, podiam ler os relatos já feitos e fazer os seus próprios relatos já tocados pela experiência de outros. Todos tinham a opção de escrever num arquivo *Word*, copiar e colar no caderno coletivo, ou sair escrevendo direto no *Drive* - o que gerava maior exposição. Alguns estudantes não gostavam de ter seus textos lidos, mas aos poucos iam falando disso. Gostavam de ler os relatos dos colegas e isso os animava a seguir. Podia acontecer também de alguém faltar a aula e ir até o

caderno para se inteirar sobre o que havíamos feito. Essa pessoa podia escrever também, preferencialmente baseando-se em textos indicados. O processo estimulava uma espécie de jogo, onde as regras são poucas e as possibilidades múltiplas, até mesmo inesperadas. Ninguém perde, só ganha. Mas, há riscos. Escrever convoca o corpo, a vida, e quando isto é feito com abertura à experiência, não sabemos bem o que vai nos acontecer. Tínhamos a impressão de que a escrita compartilhada não seria uma atividade fácil de ser implementada. No entanto, nos surpreendemos. Já no primeiro dia tivemos 9 relatos.

Destacamos alguns deles, que falam da ambiência de sala, da oficina e da escrita. Preservamos o estilo e a ortografia dos relatos.

Descobrimo uma nova disciplina

No meu primeiro dia cheguei um pouco atrasada por conta do trânsito na Zona Sul e peguei logo a parte do alongamento e apresentação da disciplina e dos colegas de classe. Adorei a ideia de atuarmos em diversos espaços pelo *campus* e cidade e o fato de discutir mais sobre as coisas que nos perpassam e nos atravessam do que ler textos e mais textos super teóricos. Esse primeiro encontro me remeteu diretamente ao texto “Notas sobre a experiência e o saber de experiência” do Jorge Larrosa Bondía e fiquei animada com os próximos encontros até o final do período. É essencial comentar sobre os textos trabalhados em sala. Com base no texto “Escrever e Saber” do Mia Couto, “A construção de uma narrativa implica estar disponível. E para se estar completamente disponível há que deixar de saber, há que deixar de estar ocupado por certezas” foi um dos trechos que mais me chamou a atenção e não só porque faz referência à escrita, mas para todos os tipos de experiências. Você tem que sair do lugar das certezas e se permitir experimentar coisas novas e incertas. (...) (B.)

Mais do que existir, ser no IP

Segundo semestre de 2018. Quatro anos na faculdade e mais dois por vir. Por alguma razão sempre enxerguei a universidade como um lugar muito específico, onde eu cursava apenas disciplinas obrigatórias e totalmente desinteressantes. Isso me trouxe várias crises existenciais e outros *n* problemas. Até que eu, muito forçada pelo siga, por ser do currículo antigo, decidi pegar pela primeira vez eletivas. Algumas portas finalmente se abriram! O que eu estudava fora da faculdade, o que eu trabalhava, o que eu discutia em roda de amigos, do nada estava tudo sendo abordado em sala de aula. Estou plena. Posso ter pego mais matérias do que dou conta, mas como estou feliz. Trabalhar o corpo junto da mente sempre foi fundamental e nada fácil, para mim. E trabalhar como coletivo sempre aquece meu coração. Eu diria que já fui muito ruim em socializar, e talvez eu ainda seja às vezes, mas desde que comecei a entender que não só eu precisava querer socializar para fluir, como meu corpo precisava querer também, tudo ficou mais fluido. (G.)

Como não-falar sobre o corpo

Foi desse “saber nada” que me encantei pelo primeiro dia de aula. Talvez por me sentir a vontade com poucas pessoas, talvez por ser a Laura, talvez por ter 2 melhores amigos fazendo comigo a disciplina, mas acho que o que me encanta mesmo quando realizo uma disciplina é o momento em que me sinto em um lugar democrático, quando sinto que posso falar, e, nesse caso, mais do que falar, pude sentir o corpo. Por isso coloquei o título de “como não-falar sobre o corpo”, pois acredito que mais do que falar, vamos sentir, ativando a nossa dimensão suprassensível e vibrátil. Ao fazer a dinâmica de levantar, fechar os olhos, realizar certos movimentos e falar meu nome de uma forma que provavelmente eu nunca falei, percebi que nunca ficamos em pé numa aula. Poucas disciplinas realmente proporcionam esse momento ou esse movimento, tão simples e cotidiano, mas que chega ser libertador. Na apresentação, ri como poucas vezes ri dentro de uma sala de aula. Não lembrava da última vez que me senti tão a vontade num espaço tão rígido. Enfim, desde agora já estou grata pela oportunidade.” (M. C.)

Ainda não tem título

Agora, cá estou eu. Escrevendo um relato, e, pra variar, escrevendo sobre escrever um relato. Eu não começaria o texto assim se tivesse escrito no dia da aula. Nem se fosse no dia seguinte, ou mesmo na outra manhã, ou qualquer coisa dessas. Mas como Laura disse pra escrever o mais próximo possível da experiência e, pela forma de administrar o tempo em semanas, estando eu-agora mais próximo da experiência seguinte do que a passada, parece longe. Longe o suficiente pra alimentar a minha prolixidade metalinguística :)

B. disse que chegou atrasada. Eu também. Inclusive, a sala meio vazia assim, parecia uma dessas reuniões dos grupos da pós-graduação. Mas eu reconhecia alguns rostos da graduação ali dentro, e a porta me confirmava (eu acho). Abri, pedi licença, confirmei se era ali mesmo, ainda incerto... confirmaram. Entrei _____ (lacuna para preencher com algum advérbio de modo a sua escolha - eu não soube escolher agora, e o tempo corre).

B. falou também dessa abertura desse vazio esse *tao* essa lacuna disponibilidade. Como se o mundo nascesse agora. E aí? O que será? E poder descobrir. Isso achei legal na matéria, me deu essa sensação _____ (novamente, qualifique aí a sensação que agora eu ainda não sei, e o tempo continua). Mochila leve, saber-nada (vide M. C.) Como eu conto quantas palavras tem?

Joguei no *Word*, pra contar pra mim. B. provavelmente cruzou com esse dispositivo também, porque a fonte do texto dele é diferente, mas não um diferente muito chamativo. Parece só que escreveu em outro lugar e colou aqui. Gostei do texto dele.

Perdão, G. e L., minha cota de palavras está acabando... não vai dar pra fazer todos os comentários legais sobre os textos de vocês. Vou roubar *highlights* então:

“Mas levantar e se mexer é rejuvenescedor”

“(...) e imagino que o coletivo fique só mais e mais interessante com essa intimidade ao longo do semestre. Acho que vai ser bem legal.”

“e não aquela simples discordância”

“olhar em volta pela primeira vez na vida”

Agora já passei da cota, oh céus, como a minha obediência vai lidar com isso? Tarde demais. Que bom é ver tantos comentários legais sobre uma disciplina chamada TEPEX B. (L.)

Corporar

O que é um profissional da escuta que, na verdade, não escuta? Qual o som de uma palma só? Há de se pensar o nosso papel, é claro. Mas antes disso, talvez há de se

pensar a nossa caneta, ou seja, nosso corpo: escrevemos com o corpo, em última instância. Deixamos marcas e também somos nossos próprias telas: somos marcados, pintados, manchados de cores quentes e frias, fortes ou fracas, uma mais linda que a outra. É no corpo vivo que tudo se produz, e é do corpo vivo que tudo surge. É engraçado como, às vezes, fechar os olhos é no final das contas enxergar muito melhor: e tenho convicção de que não sou o único que assim se sente. A experiência faz jus ao clichê de que quando uma janela se fecha, outra se abre. Foucault disse, uma certa vez: “Meu corpo de fato está *sempre* em outro lugar. Está ligado a todos os outros lugares do mundo e, para dizer a verdade, está num lugar que é o além do mundo”. É saindo desse mundo e, para esse além do mundo, acredito, que caminhamos e queremos mais. Mais afeto, mais escuta, mais fala; diálogo, tensão, controvérsia. (A.)

No jogo do caderno coletivo, a surpresa podia fazer parte e nele surgiram acontecimentos e temas que não podíamos antecipar. Um deles emergiu após o incêndio do Museu Nacional no Rio de Janeiro. Dois dias depois era dia de aula. A sensação na UFRJ, na cidade e no país era que um mundo havia desmoronado com o trágico acidente, trazendo à tona o descaso com a universidade pública, com a preservação do patrimônio coletivo e com a valorização da ciência e da cultura. Um aluno (B.), indignado, se expressa e manifesta preocupação com o que está vivo. Neste sentido parece não se importar com o museu. Diz que o que mais o mobiliza é saber que os índios e os negros (e quilombolas) ainda estão sendo violentamente assassinados. O tema da memória enquanto algo que é vivo entrou na disciplina sem pedir licença.

Na sala de aula o tema da memória pulsa forte. A maioria dos alunos estava muito abalada com o incêndio do Museu Nacional e pouco queria falar durante a aula. Não cabíamos dentro de uma sala. O ar estava quente, ainda por cima, irrespirável. Foi então que alguém acenou que ali, naquele espaço, não estava dando. Resolvemos levantar, respirar juntos, criar uma tribo ali, entre ritmos e toques, e sair para uma deriva pelo campus da Praia Vermelha. Saímos para observar a estrutura da UFRJ e os detalhes que no dia a dia nos passam despercebidos. Fizemos uma oficina a céu aberto. Percorremos o campus e os diferentes prédios, por espaços que habitualmente não passamos. Fazíamos paradas, conversávamos, compartilhávamos percepções e seguíamos. Alguns tiravam fotos, principalmente dos detalhes. Foi curioso que nenhuma foto foi *self* ou a tradicional foto com todos da turma, mas fotos com um olhar mais estético. Fotografaram becos, por dentro das fechaduras, das rachaduras dos prédios, espaços de objetos quebrados, casinhas de gatos, a marcenaria da Praia Vermelha (que ninguém sabia da existência) e até no Instituto de Psiquiatria da UFRJ (IPUB) entramos. Adentramos por lugares desconhecidos. O caderno coletivo foi mais

colorido, mais comentado, serviu mais como diário de viagem. E nesta viagem, com a presença da memória coletiva ativada pelo incêndio e, ao mesmo tempo, com a atenção disparada naquela oficina, lembranças vêm à tona, revelações que muitas vezes precisam ser escutadas e que vão ganhando espaço, modulação, liberação.

À memória da memória

Um palácio que se tornou museu, um hospício que se tornou universidade. A memória para a identidade. Identidade nacional, memória de uma raça, o saber para o humano. O palácio antes era casa do traficante de escravos Elias Antônio Lopes – três gerações posteriores de “família real”, o último herdeiro “imperador” ergueu o Palácio dos Loucos – quem são os loucos?

Múmias saqueadas, culturas assassinadas.

A memória como fomento da identidade, a tradição. Nenhum hábito (premeditado), repetição (justificada), conformidade, imitação pode trazer a saúde da compreensão – pois acúmulo é peso (preso), peso é lentidão, desperdício de energia, passado sem futuro: museu em chamas. A primeira tragédia? O nativo indígena assassinado, o negro africano acorrentado. (B.)

Sem mais memórias apagadas

Espreguiça, preguiça. Não estava em um bom dia, a tristeza era grande, mas me esforcei para estar ali entregue na aula. Sacode, chacoalha, balança delicadamente o corpo de J. Ainda não conhecia minha dupla e isso me fez ter ainda mais cautela com cada movimento para acordar aquele corpo. No exercício de fazer posições corporais (tipo estátua) com a outra pessoa, coloquei minha dupla em uma que eu me identificava no momento: braços para frente e mãos abertas. *l i m i t e s*. Que incrível conversar com J. depois e ouvir que ela também se identificava com essa posição exatamente por representar *limite*. Quando juntamos em um grupo com mais outra dupla, foi curioso ver que a outra dupla tinha posições bem opostas a nossa. Estávamos em posições mais expansivas e elas mais recolhidas. Nos movimentos em conjunto, naquela dança aparentemente sem sentido, trocávamos nossas configurações.

Discussão sobre o texto a escrita de si do Foucault com a turma, muitos debates sobre memória. Gostei de ouvir, não estava muito para falar nesse dia. Esse papo todo sobre memória, sobre apagar memórias me lembrou do que passei. Minhas memórias foram *T O D A S* apagadas quando passei quase 7 meses internado, preso em uma clínica. Quando voltei, não existia mais minhas redes sociais, meu email, meus livros, minhas fotos, minhas roupas e sapatos preferidos. Total apagamento. Como é difícil ter sua memória apagada. Estou triste, hoje estou triste ainda com as reverberações de tudo isso que passei. Caminhada pelo campinho, quero ver as estátuas que a L. comentou. Estátua da ciência. O que é aquilo ali na cabeça dela? Asas! Estátua da caridade amamentando em público seu bebê. E isso ainda é polêmico, um tabu, me poupe!

Parada na marcenaria e seu Eurides nos conta sobre os incêndios na UFRJ e como a madeira pinho de riga pega fogo rápido e é complicada para apagar. Aprendizado novo. A parte mais legal para mim foi a entrada no IPUB. Ainda me emociono muito de entrar em locais que me lembrem internação, ainda mais o IPUB, pois foi ali que me consultei com um psiquiatra após sair de casa para atestarem que eu era sã. Nos muros laterais tem tijolos perto da parede e a Laura comenta sobre fuga. Eu lembro automaticamente da clínica e das tentativas de fuga dos pacientes. Como era difícil estar naquele local... O moço que trabalhava no IPUB abriu a porta para nós e fomos para o campinho. Tudo

que eu queria era que alguém tivesse aberto a porta para eu sair daquela prisão, mas demorou quase 7 meses. Nesse dia, eu saí pois nunca mais ficarei preso. N U N C A M A I S." (N. A.)

Observamos como a aula foi deslocada de seu tema e do espaço habitual pelo acontecimento incêndio e, neste movimento, o tema da memória atrelada ao Museu Nacional toca os corpos dos estudantes e acaba por disparar a memória de cada um deles. A oficina prepara as presenças e as conecta enquanto grupo, há uma exposição do corpo ao tempo. Os estudantes saem de sala abertos para os encontros estéticos e cuidam-se ao partilharem modos de ver, pensar e sentir. A escrita que se segue acaba por dar língua e passagem a uma dimensão da experiência que foi vivida, mas que no encontro ainda não tinha podido ser conhecida, falada. A escrita acaba sendo um meio de expor o sofrimento dos estudantes e expressar para os outros, muitas vezes pela primeira vez, algo que os habitava de modo intensivo.

Numa outra ocasião, após uma dinâmica em sala de aula, o caderno coletivo, geralmente virtual, se fez presente e material. Despertados os corpos e articuladas as presenças, depois de alguns exercícios com gestos e pesquisas de si no espaço do *campus* da PV, depois de um tempo para lembrar da escrita e da leitura do caderno coletivo, fizemos a dinâmica do “aquário” para ouvir e falar, podendo levantar questões e arriscar compreensões. A proposta era a seguinte: todos ficam sentados em roda e três cadeiras são colocadas no centro dela. Duas pessoas sentam e a terceira cadeira deve ficar sempre vazia para novas configurações. Quem está na roda, de fora, só pode ouvir. Quem está no centro, lança um tema, uma pergunta, fala algo e escuta. Todos estão no debate, mas se alguém de fora quiser falar precisa entrar e ocupar uma cadeira. Dos dois que estavam aí, um deve sair e ceder a cadeira. Assim seguimos. Ao mesmo tempo, na roda de fora, foi passado de mão em mão um caderno de papel pardo, sem pauta. A pessoa com ele estava livre, podia desenhar, anotar o que estava ouvindo ou escrever algo a partir da dinâmica. Esta proposta foi uma incitação para que todos, em algum momento, falassem, pois ajuda a tirar a pessoa que sempre fala muito do seu lugar hegemônico. Tudo durou em torno de uma hora. O caderno neste dia foi de mão em mão, produzindo uma memória coletiva. Seguem alguns trechos, preservando os espaços e sinais que foram desenhados:

MEMÓRIA

Por que a memória é importante?

Por que é importante lembrar?

O processo de construir pra si o que afeta ou não.

O caderno coletivo é uma memória

Como mostrar quem somos?

Quem somos nós, por que nos dispomos a fazer o que estamos fazendo?

TEPEX é muito

Tudo é interligado --- o meu movimento já faz parte do outro.

A faculdade é inimiga da privacidade –

ao mesmo tempo tem essa liberdade de escolher o que mostrar.

Existe alguma coisa que a gente é ou só está?

O caderno faz refletir coisas sobre mim que eu não sabia.

A gente aprende se expondo!

Atualmente, nossa opinião vai muito mais longe ----- >

a gente pensa se quer estar vulnerável ou

não.

Estar vulnerável é você estar aberto. Não ter medo de se machucar?

TEPEX nos convida para vulnerabilidade?

Ser vulnerável é se mostrar vulnerável?

SER AFETADO !

SER FORÇA FRACA !

Ser vulnerável é não estar ciente da vulnerabilidade?

Esteréotipo do aluno de psicologia: "ter que entender todas as pessoas".

Como quebrar esse estereótipo?

Todo mundo cabe em todas as caixas de certa forma.

E a prática?

Como fazer uma micro-política, se desviando dos modelos mais vigentes, "enquadrados"?

Fazer psicologia para questionar, discutir tudo isso. Outros cursos tem isso?

O que é óbvio pra gente, pode não ser para muitos outros cursos.

De novo: o que podemos fazer?

Quem tem as ferramentas?

Quem tem as visões?

Como podemos nos associar para produzir novas subjetividades?

Como desconstruir com o corpo?

Trocar ferramentas subjetivas e objetivas -----> produzir algo junto?

Se desprender da técnica:

Se abrir, conhecer, crescer junto!

Quando eu chorei: exercício de expansão do corpo - para levar para o CT

[Encontro x Técnica]

Corpo fala muito mais do que palavras (dualismo mente-corpo -- *not cool*)

Câncer emocional ??? O que não é emocional?

Psicologia não fala sobre o corpo / IP

Ideia de montar uma guerrilha para chamar pessoas do IP a fazerem práticas como essa que fazemos em Tepex.

Pessoas não recebem essas práticas

Não é todo mundo que quer disciplinas mais liberais e dinâmicas

O IP é uma doideira (vamos rebolar outras matérias) <3

Como a gente muda esse cenário? ----> ter contato, se liberar -----> se permitir

(meu Deus, gritaram o meu nome no teatro de arena kkk)

Existem outras formas de existir !!

Como a gente pode consolidar práticas mais saudáveis em outros espaços?

---- > propondo!

Duzentas pessoas dançando aleatoriamente em um festival = efeito contagiante

Precisamos de aliados, porque sempre vamos encontrar obstáculos

EXISTEM FORÇAS DE MUDANÇA *

Rebolar !!!

--- > sair do eixo

PARTICIPAÇÃO NÃO É OBRIGAÇÃO!!

Ocupar espaço não é só com o corpo --- > exercícios feitos no campinho

TÁ MARAVILHOSO <3

No caderno coletivo foi possível acompanhar as articulações que iam sendo feitas entre as oficinas e os textos estudados na disciplina.

Chorar ou chorar, eis a questão?

Tudo começou com o pedido da Laura de tentar esticar o pescoço com as mãos. Assim que fiz isso foi como se eu tivesse aberto espaço finalmente para sentir tudo aquilo que estava dentro de mim. Engraçado falar isso, “dentro de mim”. O que é dentro? O que é fora? Será que estou entrando na dicotomia mente-corpo/objetividade-subjetividade que faz lidarmos com o corpo como se ele fosse apenas uma casca, uma delimitação do nosso ser? Vou começar de novo; quero começar de novo.

Se o contrário de ser um corpo é morrer, não podemos pretender ter uma vida separados do corpo, muito menos uma vida depois da vida, ou uma vida do espírito: ou se tem um corpo, se é um corpo; ou está-se morto, é-se cadáver, um número numa macabra contagem de corpos. É esta a consequência direta do argumento de Vinciane Despret, inspirado nas ideias de William James sobre as emoções: ter um corpo é aprender a ser afetado, ou seja, «efectuado», movido, posto em movimento por outras entidades, humanas ou não-humanas. Quem não se envolve nesta aprendizagem fica insensível, mudo, morto. (LATOURE, 2007)

Eu me deixei afetar, apesar de lutar para que as lágrimas não caíssem; eu deixei meu corpo falar sem, pela primeira vez, usar palavras. Quanto mais eu esticava meus braços, mais as lágrimas rolavam, quanto mais eu andava, mais sentia o cansaço da luta que havia acabado de travar na minha vida. Esgotada, era isso que estava estampado no meu rosto, na minha postura, nos meus cabelos, na minha fala, no meu olhar, no meu ser. Talvez seja por isso que simplesmente as lágrimas rolaram soltas, mesmo eu tentando evitar. Eu precisava daquilo, mesmo sem ter a noção de que precisava. Meu corpo saiu da zona de dessensibilidade e gritou para ser ouvido por mim mesma. (L. M.)

Algumas pessoas conseguiam localizar no corpo instantes de destrancamento do fluir do movimento, do pensamento, da ação, do choro. Neste sentido, o caderno parecia ser um dispositivo de fazer o corpo falar e aprender com ele: corpo memória, dentro e fora, corpo estudo, conceito, espaço, turma, atualidade, IP, PV. Naquele dia, trabalhávamos o texto de Latour “Como falar sobre o corpo?” (2007), experimentando a indicação que ali nos é dada: é mais interessante seguir pelas proposições, que são articuladas ou inarticuladas, do que por afirmações verdadeiras ou falsas, que acabam por estancar o movimento. Latour utiliza o termo proposição para descrever aquilo que é articulado, conjugando uma obstinação (posição) sem ter autoridade definida (ser apenas pro-posição) e podendo negociar a si próprio sem perder consistência (fazendo com-posições). Neste sentido, buscamos estar nesta dinâmica, com objetos humanos e

não humanos, registrando diferentes modos de estar envolvido nos relatos daquilo que fazemos.

Além da leitura individual prévia à discussão em sala, havíamos pedido que cada um(a) trouxesse de casa um ou mais objetos que sempre tem consigo ao ir para o Instituto de Psicologia. Após um tempo dedicado à mobilização das articulações corporais e à percepção de si em diferentes gestos e posições, nos juntamos em roda. Uma rede tipo nordestina foi colocada aberta no centro da sala. Indicamos que cada um, em silêncio, fosse colocando o objeto que havia trazido consigo, lentamente, escolhendo onde queria apoiar. Um e outro iam sendo colocados. Com tudo já disposto, colocamos três músicas e propusemos que cada um seria livre para mover os objetos, observado o que ia acontecendo. Em pouco tempo estavam todos envolvidos e criando composições. Alguns comentavam algo e outros seguiam em silêncio. Outros objetos eram lembrados e acrescentados na roda.

Foi um passo importante

J. leva o livro *Diário do Hospício e Cemitério dos Vivos* de Lima Barreto para a aula. O livro passa pela roda e eu ansiosa para chegar na minha vez. Folheio, folheio, não queria largar mais. Quero pegar para ler naquele momento, quero ler o *Diário do hospício*. Como foi sua experiência? Queria poder contar a minha, para que nunca mais alguém passe por isso, chegará a hora. Bruno Latour, como falar do corpo? Só sei que o meu nesse dia estava pesado, o sono me dominava. Parecia impossível ficar acordada. Bebia água, não adiantava. No intervalo, fui ao banheiro e lavei o rosto com água gelada. Era preciso acordar meu corpo e foi exatamente isso que fizemos na volta do intervalo. Sacode, batidas nos braços, pernas, movimentos, danças, andanças pela sala com estados de raiva, coragem, curiosidade, controle, alegria... aaaa, adorei. A rede ali no meio da sala, pode pisar? Eu estava gostando de circular ao seu redor, continuei sem pisar na rede. Que música gostosa! caras e bocas. duplas, movimentos opostos. era preciso estar atenta aos movimentos do corpo ali na minha frente. O que você leva sempre com você para o IP? Logo pensei no guarda chuva. Eu estou sempre com um guarda chuva na bolsa. Aprendi isso com a imensa preocupação da minha mãe com os imprevistos. Mas aquilo ainda não me tocava. Coloquei o bilhete único, preciso dele para chegar até o IP. Mas aquilo ainda não me tocava. Abri a carteira e peguei o papel que o pessoal do protocolo tinha me dado quando destranquei a minha matrícula para esse ano. 25/01/2018. Coloquei então o papel esticado na rede. Rede de afetos? Eu queria ler **DESTRANCAMENTO DE MATRÍCULA**. Eu queria que todos lessem. Foi um passo muito importante. Várias vezes já olhei esse papel na carteira e pensei "bom, já posso jogar fora". Mas nunca joga. Olhava aquele papel na rede e a emoção tomava conta de mim. Eu chorei. Foi um passo muito importante. As pessoas modificavam aqueles objetos, mudavam de lugar, eu tinha medo de que colocassem o papel de um jeito que não fosse possível ler. Não mexeram em nenhum momento nele. Achei impressionante, ele permaneceu ali o tempo todo. Esticado com o botão da Laura e a caixinha da G. Ao final, L. comenta o quanto esse papel de destrancamento de matrícula

a tocou também, reverberações. Foi um passo muito importante. Meu corpo estava acordado, afetado!! (N. A.)

Minha Volta

Pra mim, o último encontro me reinaugurou no Rio de Janeiro. Depois de um período sensível, extremamente delicado e difícil, tive que parar, pisar no freio mesmo, rever o que fazia, o que queria e entender as minhas possibilidades de agora. Foi na semana que voltei para cá, depois de um período sabático na minha cidade Belo Horizonte, que me deparei com uma aula no teatro de arena. Rapidamente me lembrei de algo que uma amiga muito amada me falou uma vez: C., você precisa passar umas vergonhas de vez em quando. Curioso ela falar isso pra alguém que já é tão tímida, mas surpreendente perceber que ela tem toda razão. Preciso passar mais vergonha, vergonha daquela que você sabe que está passando e que você embarca sem receio. Porque ter vergonha do que pode dar tanto prazer? Esse encontro no teatro de arena é uma dessas coisas prazerosas e vergonhas, me movimentar livremente com pessoas ao redor que não acompanham a proposta era pra mim aparentemente desafiante, mas me surpreendi com o quanto a atividade pode ser muito mais prazerosa que vergonhosa - foi outras coisas também. Parece que períodos difíceis nos fazem abrir mão do que não é extremamente necessário, nos fazem tirar os excessos, as pontas. Com isso, me senti forte para estar na PV novamente, parece que algo diferente acontece, outra possibilidade surgiu ali. Me senti bem de ter voltado. Coisas transformam-se em mim. (C.C.)

Mudanças

Hoje pra variar de ser última a escrever serei uma das primeiras, haha. Essa última aula me tocou bastante de certa forma, não tanto pelas práticas, mas principalmente pelo que foi dito e pelo sentimento e entendimento que tive sobre minhas emoções. Essa disciplina me causa desconforto desde o início e me perguntando o porquê de não tê-la trancado, entendi o que ainda faço aqui, quero superar minhas amarras e limitações corporais, sair de vez em quando dessa mente demasiada racional e apenas ser e estar no mundo e essa disciplina me desafia de certa forma. No entanto a muito tempo entrei no meu caminho de auto conhecimento, aprendi sobre quem sou, sobre minhas limitações e sobre respeitar o meu tempo de conquistar as coisas. Eu sempre tive essa aparência meio fechada que afasta um pouco o outro (de boa por dentro, aparentemente boladona por fora), já me culpei muito pela minha introversão, queria ser como a maioria das pessoas, não ter vergonha de falar, de brincar... de se expor, mas acontece que eu nunca vou ser totalmente assim, tenho que respeitar a minha essência, mas isso não significa que eu não possa me transformar um pouquinho a cada dia. Infelizmente não posso mudar essa cara de bunda que naturalmente tenho haha mas eu posso deixar me afetar e sorrir cada vez mais. Me expor com palavras é tão mais fácil, só preciso descobrir como fazer isso lá fora também. Nós como profissionais de psicologia para além de aprender a fazer intervenções também temos que saber respeitar o tempo de cada um e principalmente o nosso.

Um balanço metodológico e político dos dispositivos na formação do psicólogo

Procuramos apontar neste texto um movimento crescente daquilo que podemos chamar, com Francisco Varela (2003), de *reencantamento do concreto* - conexão dos conteúdos teóricos estudados na disciplina com a vida pessoal dos estudantes e também com a vida universitária no momento atual do Brasil. A criação dos dois dispositivos

mobilizou corpos em sofrimento e descrentes no futuro, para os quais a formação é por vezes vivida como perda de tempo e sentido. Ao longo do processo, éramos forçados a parar e fazer desvios no caminho. Precisávamos ouvir o momento presente e cuidarmos uns dos outros, sem esticarmos mais a corda com exigências. Não foi raro, durante as oficinas, o surgimento de formulações sobre corpos tocados pelos acontecimentos políticos: "o medo não pode nos paralisar", "ninguém solta a mão de ninguém", "não vão nos calar", "ocupar a universidade como ocupamos é fazer militância". Com a criação do caderno coletivo, os relatos produzidos pelos estudantes puderam ser compartilhados e pudemos perceber como se afetavam uns aos outros e como as oficinas disparavam processos na/da turma.

Esteve repetidamente presente nos relatos e depoimentos a referência à exposição dos estudantes ao longo das atividades da disciplina, acabando por se tornar um analisador do trabalho. Identificamos seu comparecimento em três modulações diferentes. A primeira como exposição do corpo presente, que foi convocado pelas oficinas de experimentação; a segunda como exposição pela expressão escrita compartilhada e a terceira como exposição de sua própria vulnerabilidade. Nas práticas grupais, a exposição foi muitas vezes vivida como vergonha, incômodo, nervoso, timidez, desconforto. Estar de um modo não usual em sala, de corpo presente com colegas e professoras, causava estranhamento. Grande parte dos alunos também relatou ter tido dificuldade de começar a escrever e narrar as suas experiências. Ao longo do processo, com o clima amigável e acolhedor das oficinas de experimentação, os estudantes puderam aprender com aquilo que os colegas traduziam em palavras em seus relatos e acabavam por ser estimulados a produzir sua própria escrita. A escrita foi descrita como exposição de si, mas também como possuindo um sentido de transformação e reinvenção de si: uma forma de "despir-se e ver-se de outros modos", "como um espaço de diálogo com liberdade", "como exploração e exposição do que nos acontece, mesmo sem sabermos bem como nomear". A escrita como "algo que convocava - com esforço e desconforto - abertura à vulnerabilidade e a novas possibilidades".

A possibilidade para a exposição da sua vulnerabilidade e sofrimento foi um ponto importante no processo. Geralmente problemas de saúde mental são sentidos como impróprios ou proibidos no espaço da sala de aula, mesmo em se tratando de um curso de formação em psicologia. A invisibilidade dos corpos escondidos nas carteiras e

o modelo do tubo, que questionamos no início deste texto, onde só a inteligência é valorizada, concorre para tal situação.

Alguns alunos fazem a formulação paradoxal de que com as novas práticas utilizadas na disciplina se sentiram deslocados de uma certa zona de conforto. A zona de conforto era manter tudo como está, sem problematizar as práticas mentalistas, intelectualistas e individualistas, mesmo que elas façam deles estudantes pouco engajados em sua formação. Todavia, admitindo que as novas práticas e os dispositivos experimentados podem ser transformadores e revitalizantes, dão a ver que a saída da zona de conforto mais parece uma saída da zona de desconforto.

Alguns relatos trouxeram questões pessoais delicadas, como o caso de uma estudante que havia retornado à universidade após 7 meses de internação numa instituição psiquiátrica. Quando a estudante compartilha esta experiência numa escrita coletiva, o caderno ganha a força de um instrumento político de partilha de afeto, cuidado e aprendizagem. Os próprios estudantes perceberam que a pouca participação e o fechamento do corpo para o ambiente acadêmico, sentido muitas vezes como hostil e opressor, acaba por deixá-los adoecidos e desanimados. Uma aluna escreveu ao final do curso que "nunca havia sido tão bem recebida numa turma na graduação do IP", no entanto não se sentia confortável nas práticas que convocavam participação. "Quanto mais nos fazemos presentes e geramos afetos, mais recebemos afetos." Escrever sobre a ferida foi importante, expor-se às feridas tendo um ambiente acolhedor e de cuidado foi estruturante. "Me fiz e me refiz".

O medo que não me aprisiona mais

Pensei que em vez de fazer um relato novo gostaria de compartilhar o que escrevi em meu caderno na própria aula. G. falou que a aula foi mais individual, então quero quebrar essa individualidade e mostrar esse pequeno desabafo que já está fazendo minhas bochechas ficarem um pouco quentes com a vergonha hahahahaha. Faz baixinho, mas não deixa de fazer", Laura me disse hoje quando estávamos em círculo. Na teoria, me soltar e desprender da vergonha seria fácil, já que faço isso constantemente com meus amigos, meu namorado, minha mãe... mas desde a aula passada eu percebi como sou tímida; não tímida no sentido de não falar com pessoas que não conheço ou de ter dificuldade para falar em público, sou tímida quando eu não estou confortável com o momento. Por exemplo, no início da dinâmica eu ainda não estava confortável, então emitir sons "estranhos" era difícil para mim. Acho que isso tem a ver com o fato de eu ter medo do olhar do outro sobre mim e as consequências que esse olhar pode gerar... enfim, eu só sei que, com o passar da dinâmica eu fui abaixando a minha guarda e entrando de cabeça nas orientações da Laura; pude finalmente dar aquele sorriso que ilumina meu ser por completo e esquecer das

expectativas - minhas e dos outros sobre mim -, dos olhares, das crenças, dos problemas, dos deveres e pude apenas ser. (L.)

Ao ler e reler o caderno coletivo, nos damos conta da riqueza do material criado nesse tempo com a turma. Material que traz a experiência de todo um processo, contraído agora no presente.

O incêndio do Museu Nacional foi um dos acontecimentos que nos atravessaram durante o período, colocando em destaque o tema da memória. Ele nos levou a sair da sala de aula, percorrer o campus em deriva, fazendo descobrir ou lembrar que a Praia Vermelha foi um hospício, descrito no diário de Lima Barreto (2017). Este foi também um modo de expor e colocar em cena uma internação psiquiátrica e sua libertação. Fotografias, músicas, poemas e até mesmo novos textos teóricos guardam também rastros de uma experiência de formação em psicologia que acionou a produção de subjetividade por meio da memória.

“Propor propor” foi o modo como oferecemos aos alunos a possibilidade deles participarem mais efetivamente de sua formação. De Bruno Latour, tomamos a noção de proposição para articular a fala do corpo com o aprendizado na prática. Não partimos da defesa de uma autoridade definida a priori, aticamos, colocamos em movimento posições para falar do corpo engajado, situado. Uma proposição negocia posições sem que elas percam consistência. Voltamos a Jorge Larrosa (2002), para afirmar este processo de estudo a partir da experiência: “Do ponto de vista da experiência, o importante não é nem a posição (nossa maneira de pormos), nem a oposição (nossa maneira de opormos), nem a imposição (nossa maneira de impormos), nem a proposição (nossa maneira de propormos), mas a ex-posição, nossa maneira de expormos, com tudo o que isso tem de vulnerabilidade e de risco” (p. 25).

Apostamos que a partir dos dispositivos foi possível a ex-posição da vulnerabilidade, daquilo que se fazia força fraca, triste e adoecida em nós, discentes e docentes. O tema da saúde atrelado ao cuidado não era sabido nem pretendido de partida. A alegria, a amizade e a cumplicidade que brotaram das práticas produziram uma força de criação com o corpo e a memória. Os espaços de ensino e aprendizagem, assim como os diferentes espaços de um campus universitário precisam garantir o acolhimento e a inclusão.

Na experimentação desses dois dispositivos de formação em psicologia, podemos afirmar que a oficina corporal e o caderno coletivo produziram engajamento

no estudo dos temas da disciplina e colaboraram para a expansão do território existencial dos estudantes. Eles operaram despertando diferentes modos de ver, ouvir, tocar, falar, expressar e pensar. O processo de formação envolveu o corpo, preparando-o para ocupar o campo da saúde, clínica, da educação, da pesquisa, das políticas públicas e outros espaços de intervenção da psicologia. Com Suely Rolnik (2018), apostamos que a proposição, sempre experimental, de tais dispositivos no processo de formação concorre para a disseminação de uma política ativa de “germinação de um mundo” (p.74), funcionando como resistência às políticas reativas, que alimentam a paralisia, o ódio e o adoecimento.

Sou um pássaro do IP, passo pelo ipê, estou de passagem – “eles passarão, eu passarinho.” Aquela rede, aqueles objetos espalhados, a música, as cores, a falta de óculos, ... – aquilo me remeteu ao CA, ao encontro no parque, à aula ao ar livre... (mas estávamos em sala) Estamos em sala quando falamos do corpo através do intelectual francês. Estamos em sala quando o corpo fossiliza em conceito. O contraste desta disciplina está sendo MUITO interessante, ainda mais por ser no final da minha graduação. Minha graduação foi 85% leitura de texto e sala de aula – sentado na carteira. Graduação em psicologia. Graduação sobre o ser humano – mas lamentavelmente, em raras e gloriosas exceções como ESTA DISCIPLINA, sobre o ser humano, e não sobre SER HUMANO (suspeito que ser humano é mais do que leitura de texto e sala de aula e hermenêutica e intelectualização teórica).

Sem medo de me precipitar, gostaria desde já agradecer à Laura e à Larissa e aos colegas de turma pela oportunidade de nessa graduação sobre o ser humano haver essa marginal (seja herói!) abertura de SERMOS HUMANOS, nos movimentar, dar mais importância ao corpo, ao contato físico, ao encontro interpessoal, a tantas outras fractais vivências e também a este importantíssimo espaço de fala, de relato, de expressão, de comunhão, de contestação, em suma, de diálogo, que é este caderno coletivo. Namastê. (B.)

Referências

- BARROS, Regina Benevides de. *Grupo: a afirmação de um simulacro*. Porto Alegre: Sulina. Editora da UFRGS, 2009.
- BARRETO, Lima. *Diário do Hospício e Cemitério dos vivos*. Rio de Janeiro, Companhia das Letras, 2017.
- CLARK, Lígia. *Lígia Clark e Helio Oiticica: Cartas (1964-1974)*. Organização Luciano Figueiredo, Rio de Janeiro, editora da UFRJ, 1998.
- CORRÊA, Denise. Oficinas, uma reflexão. Em: *Oficinas terapêuticas em saúde mental: sujeito produção e cidadania*. Orgs. COSTA, Clarice Moura, Figueiredo, Ana Cristina. Rio de Janeiro, Contra capa livraria, 2008. (p. 155-160)
- ESCÓSSIA, Liliana. *O coletivo como plano de coengendramento do indivíduo e da sociedade*. São Cristóvão: Edição da UFS, 2014.
- DELEUZE, Gilles O que é um dispositivo?, mimeo, 1988
- FOUCAULT, Michel. A escrita de si. In: *O que é um autor?* Lisboa: Passagens. 1992.

- GADOTTI, Moacir. Perspetivas atuais da educação. Em: *São Paulo em Perspectiva*, 14(2) 2000 (p. 3-11)
- GUATTARI, Félix. *Caosmose: um novo paradigma estético*. São Paulo: Editora 34, 1992.
- LARROSA, Jorge. Notas sobre experiência e o saber da experiência. *Revista Brasileira de Educação*, n.19, pp.20-28, 2002.
- LATOUR, Bruno. Como falar do corpo? A dimensão normativa dos estudos sobre a ciência. EM: NUNES, J. A. e ROQUE, R. (orgs.) *Objetos impuros. Experiências em estudos sociais da ciência*. Porto: Edições Afrontamento, 2007, p. 40-61
- LIMA, Elizabeth Araújo. Oficinas e outros dispositivos para uma clínica atravessada pela criação. Em: *Oficinas terapêuticas em saúde mental: sujeito produção e cidadania*. Orgs. COSTA, Clarice Moura, Figueiredo, Ana Cristina. Rio de Janeiro, Contra capa livraria, 2008. p. 59-81.
- LIMA, Elizabeth A. Oficinas, laboratórios, ateliês, grupos de atividades: dispositivos para uma clínica atravessada pela criação. Disponível em: <www.pucsp.br/nucleodesubjetividade/Textos/beth/oficinas.pdf>. Acesso em: 26 mar. 2010.
- MACEDO, João Paulo; DIMENSTEIN, Magda. Expansão e Interiorização da Psicologia: Reorganização dos Saberes e Poderes na Atualidade. *Psicologia: Ciência e Profissão*, 2011, 31 (2), p. 296-313.
- OITICICA, H.O Experimentar o Experimental. In: *Hélio Oiticica: Museu é o mundo*. Oiticica Filho, C. (organizador). Rio de Janeiro: Beco do Azougue, 2011, p. 154-158.
- PASSOS, KASTRUP e ESCÓSSIA, L. Pistas do Método da Cartografia: pesquisa-intervenção e produção de subjetividade. Porto Alegre, Sulina, 2009.
- PASSOS, KASTRUP e TEDESCO, *Pistas do Método da Cartografia: a experiência da pesquisa e o plano comum*. Porto Alegre, Sulina, 2014.
- POZZANA DE BARROS, Laura. *O Corpo em Conexão: Sistema Rio Aberto*. Niterói, Eduff, 2008.
- POZZANA, Laura. *Corpo e cegueira: movimento sensível e vital*. Curitiba: CRV, 2017.
- RAUTER, Cristina. Oficinas para quê? Uma proposta ético-política para oficinas terapêuticas. Em: AMARANTE, Paulo. *Ensaio: subjetividade, saúde mental, sociedade*. Rio de Janeiro: FIOCRUZ, 2000.
- ROLNIK, Suely. “Molda-se uma alma contemporânea: o vazio-pleno de Lygia Clark”. In: *The Experimental Exercise of Freedom: Lygia Clark, Gego, Mathias Goeritz, Hélio Oiticica and Mira Schendel*, The Museum of Contemporary Art, Los Angeles, 1999.
- ROLNIK, Suely. *Esferas da insurreição: notas para uma vida não cafetinada*. São Paulo: n-1 edições, 2018.
- SILVA, L. F. R., CIPULLO M. A. T., Jaquelina Maria IMBRIZI, J. M., LIBERMAM, F., Oficinas de música e corpo como dispositivo na formação do profissional de saúde. Em: *Trab. Educ. Saúde*, Rio de Janeiro, v. 12 n. 1, jan./abr. 2014, p. 189-203.

TEIXEIRA, Paulo Macedo M. A educação científica sob a perspectiva da pedagogia histórico-crítica e do movimento C.T.S. no ensino de ciências. *Ciência & Educação*, v. 9, n. 2, p. 177-190, 2003, p. 177-190.

VARELA, Francisco. *Conocer: las ciencias cognitivas: tendencias y perspectivas. Cartografía de las ideas actuales*. Barcelona: Gedisa, 1988.

VARELA, Francisco. O desencantamento do abstrato. *Cadernos de Subjetividade: O reencantamento do concreto*. Núcleo de estudos da subjetividade, Programa de Estudos Pós-Graduação em Psicologia Clínica da PUC-SP. São Paulo, Editora Hucitec, 2003, p. 72-86.

WANDERLEY, Lula. Máquinas de tecer. Em: *Oficinas terapêuticas em saúde mental: sujeito produção e cidadania*. Orgs. COSTA, Clarice Moura, Figueiredo, Ana Cristina. Rio de Janeiro, Contra capa livraria, 2008, p. 149-153.

Laura Pozzana
Pós-doutoranda no Programa de Pós-Graduação em Psicologia da Universidade Federal do Rio de Janeiro
E-mail: laura.pozzana@gmail.com

Virgínia Kastrup
Professor titular da Universidade Federal do Rio de Janeiro
E-mail: virginia.kastrup@gmail.com

¹ Está prevista a publicação Dossiê IV, *O que dizem os especialistas?*

² A Saude mental na UFRJ, Dossiê I - A Graduação <http://www.cfch.ufrj.br/index.php/27-noticias/856-dossie-a-saude-mental-na-ufrj-parte-i-graduacao> acesso em 14 de janeiro de 2019

³ Este título foi inspirado na participação de uma de nós na disciplina obrigatória Computador e Sociedade, do curso de Engenharia - Tecnologia da Informação, no Centro de Tecnologia da UFRJ, pelo professor Henrique Cukierman e pelo doutorando Fernando Severo. Tal disciplina tinha como proposta trabalhar na intercessão entre engenharia e arte, praticando com os alunos um olhar estético para o Fundão e para eles próprios no Fundão. 'De olho (em mim) no Fundão' teve como aposta o investimento no cultivo e na expressão da sensibilidade estética para estudar e pensar a relação computador e sociedade. Através de oficinas buscou-se despertar a experiência de primeira pessoa dos alunos ao longo daquele semestre letivo. Ressaltamos também a colaboração de Fernando Severo na disciplina oferecida no primeiro semestre de 2018.1, quando trabalhamos o tema das práticas psi de olho (em mim) na Praia Vermelha.

⁴ Site do Itaucultural onde as proposições de Hélio Oiticica podem ser encontradas: <http://www.itaucultural.org.br/programaho/> Acesso em 11 de fevereiro de 2019.