



# TERAPIA ATRAVÉS DO BRINCAR: UM RELATO DE EXPERIÊNCIA

Patrícia Vanzing da Silva; Gilvana Moreira Rambor;  
Mariana Brandalise

Universidade Luterana do Brasil (ULBRA)

Palavras-chave: Enchentes; Abrigos; Crianças; Sentimentos; Brincadeiras.



## INTRODUÇÃO

Em decorrência das enchentes que acometeram o Estado do Rio Grande do Sul em maio de 2024, diversas famílias encontraram-se desabrigadas e vulneráveis. Por isso, identificamos a necessidade de abordar as emoções das crianças afetadas por esta tragédia.

## OBJETIVOS

Abordar de forma lúdica, os sentimentos e as emoções de crianças atingidas pelas enchentes e em situação de vulnerabilidade nos abrigos.

## MÉTODOS

As atividades foram realizadas com 17 crianças que estavam em um abrigo temporário. Realizamos duas atividades recreativas. Inicialmente, começamos com o 'Jogo das Emoções'. Criamos um jogo de tabuleiro em que, ao longo do percurso, havia perguntas sobre os medos dos participantes, as pessoas que os faziam sentir seguros, as coisas que os assustavam e as que os deixavam felizes. Posteriormente, realizamos a brincadeira 'Balões dos Sentimentos', na qual as crianças fizeram três desenhos, cada um representando: alegria, tristeza e medo. Em seguida, colamos os desenhos em balões coloridos de azul, rosa e marrom e, sentadas em roda no chão, cada criança explicou o que tinha desenhado. Após terem reconhecido e nomeado seus diferentes sentimentos, elas estouraram os balões com o intuito de liberar suas emoções.

## RESULTADOS

Trabalhar os sentimentos com crianças que enfrentaram uma grande catástrofe foi desafiador, mas extremamente necessário e gratificante. A melhor maneira de abordar esse assunto é através de atividades lúdicas, que ajudam a expressar e processar emoções de forma natural. Para algumas crianças esses sentimentos podem ser passageiros, mas, para a grande maioria, os sentimentos precisam ser trabalhados. Emoções mal elaboradas podem se transformar em traumas e transtornos emocionais, seja a curto ou a longo prazo. Por isso, o acolhimento psicológico nesses momentos é fundamental para um desenvolvimento saudável.

## CONCLUSÃO

Ver as crianças se divertindo nas atividades que foram propostas nos enche de esperança e realização. Fica evidente, portanto, o poder terapêutico dos jogos e das brincadeiras, que não só proporcionam alívio emocional imediato, mas também ajudam as crianças a processar experiências difíceis. O sentimento de fazer a diferença na vida das crianças nos traz uma profunda satisfação e reforça a motivação que temos em nossa jornada na medicina.



Contato: [patriciavanzing@rede.ulbra.br](mailto:patriciavanzing@rede.ulbra.br)