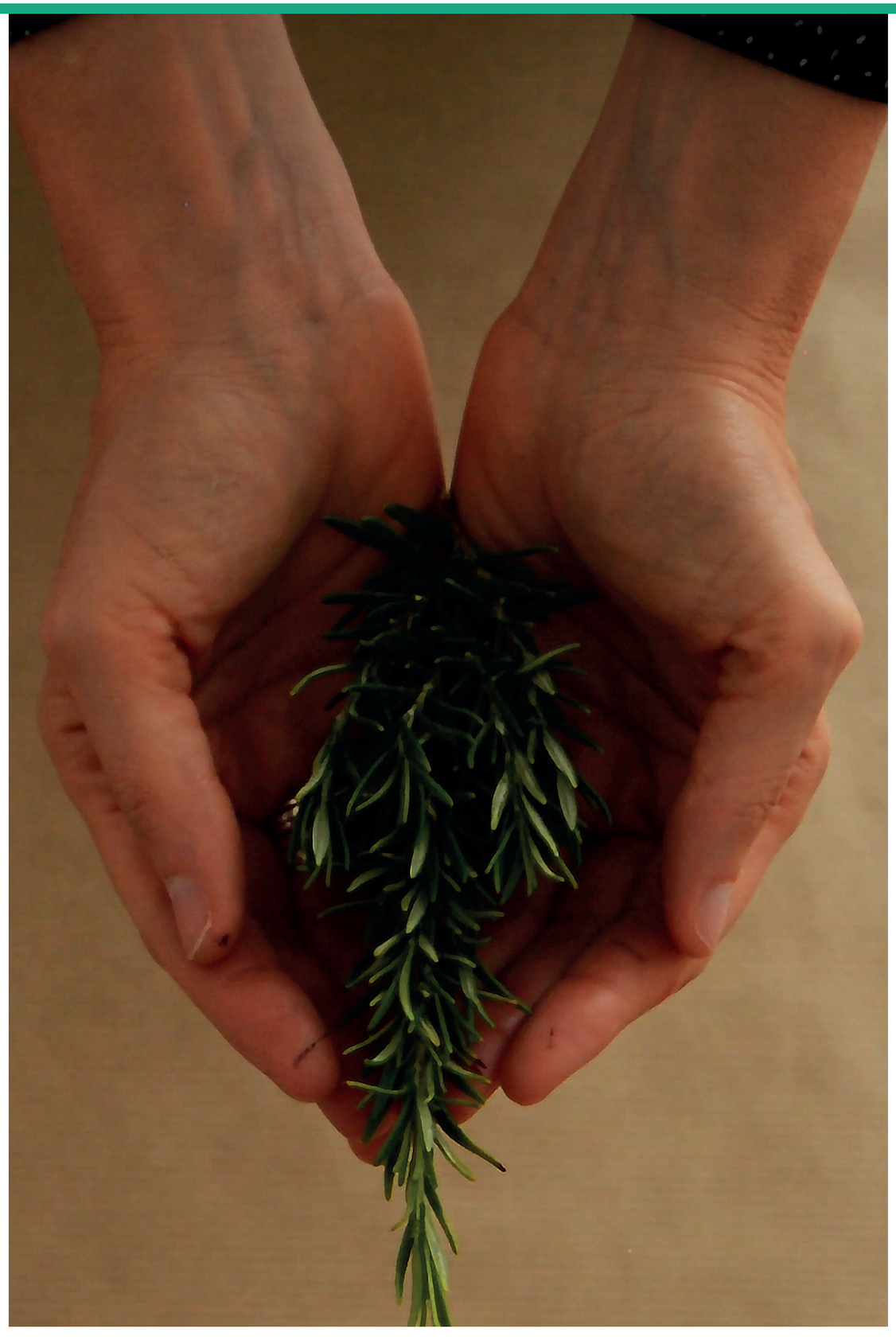
“Despertar Memória”

[roda de conversa]

Essa prática consiste em uma roda de conversa onde são oferecidos estímulos sensoriais comuns (cheiros, imagens, canções) a cada um dos participantes. O objetivo é, de forma gradual, criar um ambiente acolhedor e estimulante para a partilha de memória.

É importante que o mediador estimule com perguntas sobre as memórias despertadas, mas ao mesmo tempo, não tenha pressa e deixe que cada um participe em sua medida. Puxar os fios das memórias, mas deixá-las vir no tempo e possibilidade de cada um. Se sentir necessidade, aproximar-se de cada um quando este estiver falando. Dar a escuta a cada um e, se possível, anotar as respostas em cartolinas pequenas coloridas, associando a memória ao nome de cada um.



DURAÇÃO ESTIMADA

Cerca de
40 minutos

MATERIAIS NECESSÁRIOS

- Envelopes, um para cada participante, com 2 cópias de foto (como, por exemplo: paisagens, casas, campos, aniversários, carrinhos de bebê, crianças com velocípedes e bicicletas, fotos de casamento) e um elemento de algo que desperte: o olfato (ramo de alecrim, rosmaninho, folha de eucalipto ou parreira, papel com gotas de perfume etc.); e o tato (fio de lã, casca de alho, palha, semente);
- Papéis coloridos e caneta mais grossa para anotar as respostas de acordo com o assunto: cheiro (amarelo), sons (azul), sabores (laranja), lugares (verde);
- Um computador portátil, telemóvel, ou tablet e caixinhas de sons portáteis para tocar uma playlist com músicas que despertem memórias dos presentes.

VÍDEO & PRÁTICA ONLINE

Os participantes devem estar dispostos em cadeiras, em círculo, se possível.

1

Em um primeiro momento, um envelope é oferecido a cada pessoa (sugere-se que cada envelope tenha uma cor, como um presente colorido), contendo dentro dele dois objetos comuns que possam despertar memórias. Pode ser cópias de fotos antigas levemente distintas para cada um (paisagens, famílias, aniversários, crianças brincando), temperos ou flores que tenham cheiros distintivos e que possam ser associados a memórias comuns (um ramo de rosmaninho, alecrim, lavanda, camomila, erva príncipe, coentro, canela).

Em ordem, perguntar sobre as memórias que possam ter sido despertadas por um ou pelos dois objetos. O mediador pode anotar em cartões coloridos as respostas de cada um. Mas o crucial é dar a cada um a escuta e a partir das falas, aprofundar as memórias em conversa (por exemplo, se o cheiro lembra uma canção, sugerir que cante, e assim por diante).

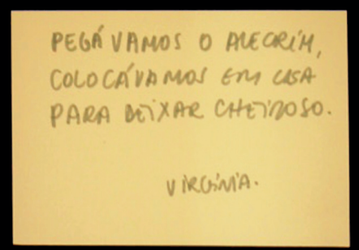
2

Em um segundo momento, oferecer canções previamente escolhidas que sejam, aproximadamente, da época de juventude e madureza dessas pessoas. Através de um computador portátil ou um telemóvel com caixas portáteis, fazer tocar as canções e ver que reações causam. Aos poucos essa roda poderá evoluir para que cada pessoa peça músicas que evoquem suas memórias.

Pode ser que a roda de conversa aconteça aos poucos e faça-se duas passagens; pode ser, também, que pessoas não tenham nada a partilhar no primeiro momento da prática, mas o façam no segundo.

3

Vamos começar com pequenos círculos. Podem crescer ou diminuir. Aos poucos, o nosso círculo vai extrapolando os limites e transformando-se em pequenas espirais. Das espirais, continuamos por zigue-zagues. Na direção que te apetecer. Para cima, para o lado direito, para o lado esquerdo ou em diagonais.

NOTAS

- → Também é possível a participação de quem quiser só ouvir e não falar. A escuta é tão preciosa quanto a fala.
- → Os papéis coloridos farão parte, a posteriori, de um mural (ver proposta de conclusão).