



3/24 desafios criativos

# N Ó S , P O R D E N T R O E P O R F O R A

[www.capiti.pt](http://www.capiti.pt)  
[www.pin.com.pt](http://www.pin.com.pt)  
[www.artesplasticasdamafalda.pt](http://www.artesplasticasdamafalda.pt)

# D I N Â M I C A D O P R O J E T O -

A IDEIA DESTE PROJETO É OBSERVARMOS AS NOSSAS  
CARACTERÍSTICAS FÍSICAS E PSICOLÓGICAS,  
REPRESENTANDO-AS NUM BONECO FEITO COM UMA COLHER  
DE PAU E UM FRASCO.

VAMOS USAR A COLHER DE PAU PARA FAZER A NOSSA CABEÇA  
E PARTE DO NOSSO CORPO.

O FRASCO VAI SER O RESTO DO CORPO.

USAR UM FRASCO TRANSPARENTE A REPRESENTAR

O CORPO, DEIXA-NOS VER O SEU INTERIOR,

COMO SOMOS 'POR DENTRO'.

E É DENTRO DO FRASCO QUE IREMOS PÔR TODAS AS NOSSAS  
CARACTERÍSTICAS PSICOLÓGICAS ESCRITAS EM CARTÕES.

A OBSERVAÇÃO DE COMO SOMOS 'POR DENTRO' TAMBÉM  
É MUITO IMPORTANTE

ESTE FRASCO PODE IR SENDO PREENCHIDO COM AS NOSSAS  
CARACTERÍSTICAS PSICOLÓGICAS AO LONGO DO TEMPO,

NÓS VAMOS CRESCENDO E VAMOS MUDANDO,

LOGO O INTERIOR DO NOSSO FRASCO TAMBÉM VAI MUDANDO.

BOA INSPIRAÇÃO E  
BOM TRABALHO!

# M A T E R I A I S

COLHER DE PAU  
TINTAS ACRÍLICAS  
PINCEL  
COLA LÍQUIDA  
POMPONS OU LÃ  
CARTÃO  
TECIDO  
TESOURA  
BOTÕES  
FRASCO DE COMPOTA VAZIO  
MARTELO  
CHAVE DE FENDAS  
CARTOLINA  
CANETA



1º PASSO

DESENHAR A  
CARANA  
COLHER DE  
PAU

USAR LÁPIS DE CARVÃO



2º PASSO

P I N T A R   A  
C A R A   E   O  
C A B E L O   C O M  
T I N T A   E  
P I N C E L

EU USEI TINTAS ACRÍLICAS



3º PASSO

C O L A R  
P O M P O N S  
N O C A B E L O

EU USEI COLA BRANCA PARA COLAR OS POMPONS.



4º PASSO

## FURAR A TAMPA DO FRASCO

EU USEI UMA CHAVE DE FENDAS E UM MARTELO PARA  
FURAR A TAMPA DO FRASCO.  
PRIMEIRO TEMOS QUE DESENHAR O DIÂMETRO  
DO CABO DA COLHER DE PAU.



5º PASSO

## FAZER O VESTIDO

USEI CARTÃO PARA FAZER A BASE DO VESTIDO.  
USEI COLA BRANCA PARA FERRAR O CARTÃO COM TECIDO  
E PARA COLAR OS BOTÕES.



6° PASSO

COLAR O  
VESTIDO NA  
COLHER DE  
PAU

USAR COLA BRANCA



7º PASSO

ESCREVER AS  
NOSSAS  
CARACTERÍSTICAS  
EM PEQUENOS  
CARTÕES

USAR COLA BRANCA



8ºPASSO

P O R F I M  
E N C A I X A R O  
B O N E C O N O  
F R A S C O C O M O S  
S E U S C A R T Ô E S .



O O B J E T I V O  
É I R  
A C R E S C E N T A N D O  
C A R T Õ E S A O S E U  
F R A S C O

AFINAL DE CONTAS NÃO SOMOS SEMPRE IGUAIS, TAMBÉM  
MUDAMOS!



P O N H A A  
F A M Í L I A T O D A A  
F A Z E R O S S E U S  
B O N E C O S !

COM ESTE PROJETO PROCURA-SE ESTIMULAR A REFLEXÃO SOBRE QUEM SOMOS ATRAVÉS DAS NOSSAS CARACTERÍSTICAS FÍSICAS E PSICOLÓGICAS. PARA ALÉM DO OLHAR DOS OUTROS, É FUNDAMENTAL AJUDAR AS CRIANÇAS A IDENTIFICAREM AS SUAS CARACTERÍSTICAS, PROMOVENDO O SEU AUTOCONHECIMENTO. É UM GRANDE DESAFIO PARA AS CRIANÇAS IDENTIFICAREM AS CARACTERÍSTICAS 'DE DENTRO', QUE NÃO SE VEEM. OS PAIS PODEM AJUDAR DANDO IDEIAS E ATÉ FAZENDO UMA LISTA DE CARACTERÍSTICAS A PARTIR DA QUAL AS CRIANÇAS PODEM ESCOLHER AQUELAS QUE MAIS TÊM A VER CONSIGO. DESTA FORMA DÃO A CONHECER AOS PAIS, A PERCEÇÃO QUE TÊM EM SI. O ENVOLVIMENTO NO PROJETO PODERÁ AJUDAR A COMPREENDER E ACEITAR QUE TODOS SOMOS 'FEITOS' DE CARACTERÍSTICAS 'BOAS' E 'MENOS BOAS' E QUE APESAR DE PODEREM ENCONTRAR CARACTERÍSTICAS IGUAIS A OUTRO FAMILIAR, CADA UM É ÚNICO, E POR ISSO MESMO ESPECIAL!

Inês Leitão  
Psicóloga Clínica e Psicoterapeuta  
PIN - Em todas as fases da vida  
Coordenação do Núcleo de Perturbação do Espectro do Autismo.