#DESAMPARO : MÃE NARCISISTA E OS DANOS CAUSADOS AO FILHO

Projeto editorial ilustrado

Relatório de Projeto por
Joana Filipa da Silva Varejão Pinto Bastos

Orientador
Professor Luís Mendonça

Projeto apresentado à Faculdade de Belas Artes
da Universidade do Porto, para obtenção de grau
de Mestre em Design Gráfco e Projetos Editoriais

M

2020

FACULDADE DE BELAS ARTES
UNIVERSIDADE DO PORTO

Agradeço a todos os amigos, família e conhecidos que de alguma forma me ajudaram durante este processo, especialmente ao João Bispo, Pedro Bastos, Glória Ferreira, Inês Silva, Karina Santos e Drª. Ana Teixeira. Agradeço ao orientador Luís Mendonça pela orientação e sugestões dadas para me impulsionar a dar sempre o meu melhor. Agradeço também ao professor António Modesto pelo acompanhamento ao longo destes últimos três anos na FBAUP.

RESUMO

Os comportamentos dos progenitores narcisistas e os seus efeitos prejudiciais nos filhos passam normalmente despercebidos nas pessoas que os rodeiam. O presente relatório e o projeto editorial ilustrado associado, pretendem abordar a Perturbação de Personalidade Narcísica (PPN) nas mães, sendo este assunto referido coloquialmente como "mãe narcisista", assim como os danos desta relação para os seus filhos. De modo a divulgar este tema e dar resposta à invisibilidade deste género de relações, procedeu-se à criação de uma narrativa ilustrada através de um fanzine. Este trabalho pretende também preencher uma lacuna relativamente a este tema que se encontra pouco promovido no campo da ilustração. De modo a concretizar-se este fanzine, investigou-se bibliografia e casos de estudos, e realizou-se diferentes estudos ao longo do processo. Por fim, foram adquiridos conhecimentos num workshop de risografia, de modo a se utilizar esta técnica na impressão final do objeto. Após conclusão do fanzine, apresentou-se o resultado a um grupo de pessoas, algumas com progenitores narcisistas, de modo a se obter reações e tentar-se perceber se a mensagem era transmitida conforme pretendido. As respostas obtidas foram positivas por parte deste grupo de pessoas, sendo que houveram testemunhos que se identificaram com a narrativa apresentada.

Palavras-chave

Narcisismo, Ilustração, Auto-edição, Fanzine

ABSTRACT

The behaviors and negative impact that narcissistic parents have on their children usually go unnoticed by those around them. This report and the associated illustrated editorial project intend to address Narcissistic Personality Disorder (NPD) in mothers, with this subject being colloquially referred to as "narcissistic mother", as well as the damage they cause to their children. In order to publicize this theme and respond to the invisibility of this type of relationship, an illustrated narrative was created, presented as a fanzine. This work also intends to fill a gap in relation to this theme, which has not been sufficiently addressed in the field of illustration. In order to create this fanzine, bibliography and case studies were investigated, and different studies were carried out throughout the process. Finally, knowledge was acquired in a risography workshop, in order to use this technique in the final impression of the object. After the conclusion of the fanzine, the result was presented to a group of people, some with narcissistic parents, in order to obtain reactions and try to understand if the message was being transmitted as intended. The responses obtained were positive, and the work presents testimonies where people have identified with the narrative presented.

Keywords

Narcissism, Self Publishing, Illustration, Fanzine

ÍNDICE DE SIGLAS

DSM : Diagnostic and Statistical Manual of Mental Disorders
PPN : Perturbação de Personalidade Narcisista

INDICE

AGRADECIMENTOS
RESUMO
Palavras-chave
ABSTRACT
Keywords
ÍNDICE DE SIGLAS

1. INTRODUÇÃO **25**
2. ENQUADRAMENTO TEMÁTICO **29**
2.1 "A origem da doença": Visita ao Museu da Farmácia 30
2.2 Narcisismo 31
2.2.1 Perturbação de Personalidade Narcísica, no DSM-5 32
2.2.2 Mãe narcisista 32
2.2.3 Danos causados aos filhos 33
2.2.4 Artigo: "Mães narcisistas: Despercebidas tanto na ficção como na realidade" 34
2.3 O tema nos vários campos artísticos 35
2.3.1 Arte 35
2.3.2 Cinema 36
2.3.3 Animação 37
2.3.4 Teatro 39
2.4.5 Música 39

3. FUNDAMENTAÇÃO CIENTÍFICA **43**
3.1 Artigos e livros 43
3.2 A ilustração, o ilustrador e a autorrepresentação 44
3.3 Auto-edição: Fanzine 44
3.4 Livros ilustrados 45
3.5 Ilustradores 50
3.5.1 Moonassi 50
3.5.2 Malva 52
3.5.3 Tina Siuda 53
3.6 Técnica de impressão: Risografia 54
4. PROJETO **57**
4.1 Contextualização na ilustração 57
4.2 Fase 1: Primeiros estudos 58
4.3 Fase 2: Uma abordagem editorial 62
4.3.1 Questionário: "Descrevendo um progenitor narcisista" 64
4.4 Fase 3: Uma abordagem pessoal 65
4.5 Fase final: Conclusão da Fase 3 68
4.5.1 Risografia: Workshop na Mago Studio 69
4.5.2 Pondo em prática o processo de impressão 71
4.6 Titulo e texto utilizado 73
4.7 Design do objeto 74
5. CONCLUSÃO **79**
5.1 Análise crítica 80

BIBLIOGRAFIA **83**
ANEXOS **87**

1. INTRODUÇÃO

A escolha do tema do presente projeto advém de uma experiência pessoal da autora, na qual houve um contacto contínuo, durante mais de duas décadas com uma progenitora narcisista. Sem perceber a relação com o que estava a lidar ao certo, após feita pesquisa, o termo "narcisistic mother" - em português, "mãe narcisista" - aparecia frequentemente nos resultados. Resumidamente, o termo refere-se a uma figura materna sem empatia e sem respeito pelos limites pessoais dos filhos, acreditando que eles existem apenas para atender às suas necessidades e desejos (Engelke, 2016). Quando o narcisismo do sujeito afeta terceiros, pode-se estar a ser vítima de comportamentos associados a uma perturbação mental, neste caso, a Perturbação de Personalidade Narcísica (PPN).

Ao participar em fóruns e grupos relacionados com este tema, percebeu-se que esta é uma realidade ainda invisível. Por o tema em questão ser ainda pouco abordado e discutido na atualidade, é bastante pertinente e importante abordá-lo, visto que, por ter base em abusos psicológicos, pode causar danos (psicológicos) ao sujeito vítima de um progenitor com esta perturbação mental. Sendo estes abusos de difícil perceção para os demais, como consequência, o filho acaba por crescer sem apoio e segurança (mesmo por parte dos outros que o rodeiam, como familiares próximos e amigos). Daí surgir a necessidade de apelar à sensibilização do assunto, pois esta invisibilidade possibilita a continuação dos maus tratos ao filho, mesmo em idade adulta.

A experiência pessoal da autora, a expectativa cultural de que a "mãe" é tudo o que o filho precisa durante a sua vida (por dar cuidado e amor), quando na realidade esta idealização nem sempre se verifica, e a aparente falta de discussão e abordagem do tema, revelaram-se fatores relevantes para o interesse na realização deste projeto. Além disso, através da investigação feita, também se percebeu que este é um tema pouco abordado no que diz respeito ao álbum ilustrado. Por consequente, pareceu ser necessário abordar este tema através de uma narrativa ilustrada, como meio de responder a essa carência no campo da ilustração. Como objetivo deste projeto, procurou-se desenvolver um objeto editorial ilustrado, cuja temática se centra na PPN, mais concretamente nos casos das "mães narcisistas" e os danos que estas causam nos seus filhos.

Para o resultado, procurou-se uma forma de se explorar a relação a um nível pessoal e científico, de maneira a transportar esses conhecimentos para o campo da ilustração. Investigou-se também os variados campos artísticos que pudessem ter ligação com o tema e analisou-se como o conceito do narcisismo era representado. Além da investigação na área da ilustração, houve também um uso do tema na área da psicologia como guia e inspiração no desenvolvimento do objeto. O objetivo principal seria então criar um objeto que pudesse apresentar uma realidade ainda invisível na sociedade, com o objetivo de que a mensagem alcançasse o leitor principalmente através da ilustração. Pretende-se, deste modo, não só transmitir uma experiência pessoal da autora, mas também a das várias vítimas deste tipo de progenitores. Como também se pretende consciencializar o

público para o facto de que um progenitor ter um filho e assegurar a sua sobrevivência, não o torna automaticamente num "pai" ou "mãe" se não forem garantidas as necessidades psicológicas básicas, como amor e respeito necessário para um desenvolvimento saudável do filho criança, jovem ou adulto. Apesar de poder haver tratamento diferenciado de uma mãe narcisista para com um filho homem em comparação para com uma filha, esta possível distinção não foi investigada a fundo para a realização deste projeto. No entanto, como forma de incluir qualquer género do filho, durante o decorrer do relatório recorreu-se geralmente ao uso desta palavra no masculino para referir ao plural indiferenciado, uma vez que não existe consenso académico para alternativas mais inclusivas.

Houve também a consciência de que esta é uma realidade de difícil perceção, sendo comum que, mesmo quando adultos, os próprios implicados nesta relação não compreendam os contornos nocivos da relação em que se encontram envolvidos. Esta realidade é agravada para as crianças, pois pode-lhes ser difícil conseguir distinguir o poder do progenitor como educador e o progenitor como abusador psicológico. Partindo deste princípio, desde o início do projeto que se definiu que o objeto criado seria direcionado para um público mais jovem e adulto. Como finalidade, é pretendido alcançar não só um público que se identifique com o género de relação abordada, como também quem desconheça esta psicopatologia, incluindo pessoas que tenham crescido numa relação vinculativa com um progenitor narcisista.

Em termos metodológicos, a investigação não se limitou a bibliografia e a casos de estudos, extravasando a própria linguagem da ilustração: criação de um artigo relacionado com o tema; observação e casos de estudo que não se ficaram apenas pela área do mestrado (cinema, música, entre outros); aquisição de conhecimentos e trabalho prático realizado em workshop; visita a uma exposição relacionada com doenças; breves entrevistas; criação de um questionário relacionado com tema e auscultação de terceiros durante e após finalização do objeto, para obter reações e opiniões.

No presente relatório será então apresentado:

- o **Enquadramento Temático**, onde se procura fazer uma contextualização do tema na área da psicologia e nos diferentes campos artísticos para além dos da área da ilustração;

- a **Fundamentação Científica**, onde será abordado a área de investigação e apresentada a recolha e análise realizada a diferentes suportes da ilustração, casos de estudo e estudo da risografia como técnica estudada para a impressão do objeto final;

- o **Projeto**, onde é feita a contextualização da autora para com a área da ilustração, passando para descrição das diferentes fases e processos utilizados até à conclusão do objeto, fanzine;

- e por fim, a **Conclusão**, onde se menciona o que se concluiu do trabalho realizado, a aprendizagem, limitações e melhorias, recomendações e análise critica.

2. ENQUADRAMENTO TEMÁTICO

Na fase inicial da investigação houve um grande foco no estudo do narcisismo e da PPN, do narcisismo nas mães e nos danos causados aos filhos. Esta investigação mostrou-se importante para se perceber melhor o tema que iria ser abordado e, ao mesmo tempo, para se tornar possível retirar as características principais da mãe narcisista como meio de as ilustrar de forma mais precisa.

Ao longo do processo, foram ainda estudados outros termos (relacionados), não só para uma melhor compreensão do assunto, como também por poderem vir a servir como base de inspiração no processo de ilustração. Os termos brevemente pesquisados durante esta fase de investigação foram:

- "Narcisus" como personagem da mitologia e sua transmutação na flor (narciso);
- "Narcisismo" de Sigmund Freud: "psicologia do ego", "superego", "self", "true self and false self", "egossintónico e egodistónico", "repressão psicológica", "complexo de Édipo", "clivagem";
- "Echo" como personagem da mitologia (de Ovídio) e como síndrome baseado na personagem: Síndrome de Echo, também referido como "Echoism" (relacionado com os filhos de progenitores narcisistas);
- "Sísifo" da mitologia como referência (deuses versus comuns mortais);
- "Teoria humoral", "iatroquímica", "patologia" e "psicopatologia" como conceitos investigados após visita ao Museu da Farmácia;
- Conceito de "Enabling" e "Enabler";
- Conceito de "Sicofanta", ou em inglês, "Sycophancy";
- "Bullying" como conceito de estudo;
- "Tríade Obscura" ou "Tríade dos V's" (3 traços de personalidade que caracterizam uma pessoa "má");
- Outros termos brevemente investigados, sugeridos por Inês Silva, mestre em psicologia (do comportamento desviante e da justiça), na FPCEUP: Albert Bandura e a "aprendizagem vicariante" e "aprendizagem por modelagem"; John Bowlby e a "teoria da vinculação"; "projeção" (*bullying*) e mecanismos de defesa; "introjeção"; "sistémica" (background: escola, grupo de amigos); "constructos"; "capacidade insight"

Nesta secção serão apresentados os conceitos chave para a compreensão do tema que serviu de investigação para o desenvolvimento deste projeto. Realizaram-se também visitas a espaços possivelmente relevantes para esta fase de investigação, e trabalhos em paralelo onde o tema foi reutilizado.

É ainda relevante salientar que, apesar de ter um grande foco na área da psicologia

(não estando relacionada com a área do mestrado), a investigação apresentada nesta seção foi parte importante no desenvolvimento e inspiração para a criação do objeto final. Serviu não só para uma melhor compreensão do tema em questão, como também da relação pessoal com a própria mãe narcisista, traduzindo depois esses conhecimentos adquiridos para a área da ilustração.

2.1 "A origem da doença": Visita ao Museu da Farmácia

Por sugestão do orientador, realizou-se uma visita ao Museu da Farmácia, no Porto. Ao se entrar no recinto da exposição, percebe-se pelos textos nas paredes que se vai estar exposto a "500 milhões de anos da história universal da saúde" (frase apresentada na parede à entrada). Ao passar essas paredes de introdução, entra-se numa sala com um cronograma de grandes dimensões na parede e várias vitrines com diversos equipamentos relacionados com os tipos de tratamento que se utilizava ao longo dos séculos, organizados por tipo, ordem cronológica e país de origem.

No início da exposição, é abordada "A Origem da Vida e da Doença", onde é indicado que esta (a doença) já existe muito antes da existência dos seres humanos na Terra (cuja sua história começou há cerca de 65 milhões de anos). Entre os conteúdos apresentados ao longo da exposição percebe-se que na Grécia, 500 anos a.C. (na escola de Mileto), houve uma procura por bases naturais para explicar a doença, as suas causas e tratamento (sem bases em religião, magia ou superstição). A partir deste ponto, surgiram teorias como a dos quatro elementos ou "elementos Aristotélicos", tornando-se no princípio básico do sistema da teoria humoral, de Hipócrates. De acordo com esta teoria, o corpo humano deve manter um equilíbrio, caso contrário, seria daí que surge a doença, tanto do corpo quanto do espírito - o corpo e mente teriam influência um no outro. Outras teorias se seguiram, indicando que o desequilíbrio dos humores afetava a forma de ser, de sentir, de pensar e de se comportar. Apesar de hoje em dia a teoria humoral não ter validade objetiva, é considerada como uma das primeiras aproximações do que se viria a tornar numa nova ciência: a psicologia. Esta teoria apresenta os primeiros esforços para classificar os diferentes tipos de temperamento, e serviu de inspiração para os primeiros psicólogos (Farmácia, 2015; Hipocrates, 2020).

FIG#1
Cartaz sobre medicação contra a sifilis (fotografia tirada durante a visita)

Apesar do conteúdo do Museu da Farmácia não estar diretamente relacionado com o tema deste projeto, toda esta informação mostrou-se interessante para a investigação, por ser um retrato dos primórdios do estudo das doenças, incluindo as mentais, o que se revelou um bom ponto de partida na investigação.

No entanto, a principal intenção ao se visitar esta exposição, foi procurar por imagens e manuais visuais que descrevessem e ilustrassem determinados tipos de patologias. Durante o percurso, estão expostos antigos cartazes publicitários a certos medicamentos antigos. De todos eles, houve um que chamou atenção como possivel inspiração para o projeto, pois fazia uma representação do combate contra a sífilis [**FIG#1**]. Nesse cartaz, de 1900, é ilustrado a Sífilis com rosto cadavérico (e o nome da doença sobre o mesmo), a ir em direção a um escudo segurado por um braço, para se

proteger da doença. Sobre a ilustração, pode-se ler o *slogan* em francês, "Défendez-vous contre la syphilis" ("Defendei-vos contra a sífilis").

2.2 Narcisismo

A palavra "narcisismo" tem origem na mitologia grega, onde, segundo o mito, um belo jovem chamado Narciso, nascido em Boécia, não deveria admirar a beleza de seu rosto, pois tornar-se-ia na maldição contra a sua longa vida. No entanto, Narciso era extremamente atraente, despertando a atenção tanto das mulheres como dos homens, como era também arrogante e orgulhoso. E em vez de se apaixonar pelas pessoas que o admiravam, apaixonou-se pela sua própria imagem refletida num lago, onde acabou por se afogar ao tentar alcançá-la. Existem várias versões sobre o mito de Narciso, sendo que no geral levam-nos à história de um jovem que na realidade não estava apaixonado por quem ele realmente era, mas sim pela imagem dele que viu refletida.

> "(…) *o sujeito narcísico busca em si mesmo um objeto amoroso, não reconhecendo as suas necessidades verdadeiras e profundas, o que no fundo é não se conhecer a si mesmo.*" (Ventura, Pedro, Alvarez, & da Purificação Horta)

O médico neurologista e psiquiatra Sigmund Freud, introduziu o conceito de "narcisismo" na psicanálise no final do século XIX. Com a evolução do estudo do conceito até à atualidade, outros especialistas na área foram importantes para o estudo e desenvolvimento do conceito até aos dias de hoje. Entre eles é relevante referir Melanie Klein e a escola Kleiniana; Alexander Lowen; Donald Winnicott; Jean Bergeret; Glenn Gabbord; Karl Abraham (Ventura et al.).

Apesar das descrições de narcisismo e dos seus vários subtipos, de forma resumida, o termo diz respeito ao egocentrismo e vaidade. Por sua vez, como o narcisismo está relacionado com autoconfiança e segurança, é considerado essencial para um desenvolvimento equilibrado do sujeito. No entanto, quando estes comportamentos mais centrados no enaltecimento do próprio "eu" são consistentes e vincados, poderão desenvolver uma autoestima baixa. Este traço de personalidade, entre outros fatores, pode então resultar de deficiências ao nível de autoestima e da relação com a visão de si próprio (Ventura et al.).

Com base em determinadas descrições do termo, à partida qualquer sujeito pode ter tido algum comportamento narcísico ao longo da sua vida. Ainda assim, na sociedade atual o narcisismo tem vindo a aumentar (Dingfelder, 2011; Twenge & Foster, 2008), principalmente nos jovens, o que pode provocar uma maior discussão sobre o assunto. Porém, é importante diferenciar um comportamento narcísico de um narcisismo patológico (Ni, 2019). Quando começam a surgir problemas significativos para o próprio sujeito e para os que o rodeiam, pode-se estar perante um caso de perturbação de personalidade, neste caso, narcísica (PPN) (Silva, 2019).

2.2.1 Perturbação de Personalidade Narcísica, no DSM-5

Para uma melhor compreensão da perturbação anteriormente referida, estudou-se a Perturbação de Personalidade Narcísica (PPN) tendo em conta os critérios presentes no "Diagnostic and Statistical Manual of Mental Disorders" (DSM), que é um manual de referência no estudo da psicologia e que apresenta os critérios de diagnóstico para esta perturbação. Em 1994, estes critérios foram introduzidos na quarta revisão do DSM (DSM-IV), dentro do Cluster B, que cataloga as perturbações de personalidade. Mais tarde, em 2013, fez-se uma quinta revisão ao DSM (DSM-5), na qual a forma de avaliar esta perturbação sofreu alterações (American Psychiatric Association, 2013).

A PPN trata-se de uma perturbação de personalidade caracterizada por um padrão de grandiosidade, falta de empatia e necessidade de admiração. As pessoas com PPN caracterizam-se ainda por terem autoestima vulnerável, recorrendo a mecanismos de defesa como busca de atenção e aprovação, bem como a um falso e exacerbado sentimento de grandiosidade, que é declarado ou dissimulado. A falta de empatia, o padrão difuso de grandiosidade e a necessidade de admiração surgem no início da vida adulta destes indivíduos. Ao mesmo tempo, são sujeitos com baixa autoestima e bastante sensíveis a críticas, criticando constantemente os outros para, em contrapartida, se sentirem melhores consigo próprios. Esta perturbação afeta o funcionamento do sujeito nos diferentes aspetos da sua vida, principalmente ao nível dos seus relacionamentos, onde mantém relações superficiais como forma a alimentar as suas necessidades egocêntricas.

O tratamento destes casos é raro, pois o sujeito com esta perturbação de personalidade tem dificuldade em aceitar que tem um problema, dada a sua exagerada visão de si, o que resulta em que este recuse qualquer tratamento (Hyler, 1988).

2.2.2 Mãe narcisista

Após a introdução do narcisismo no sujeito e da PPN, passamos ao conceito de "mãe" e "progenitora", sendo que esta última refere-se aquela que gera (o filho). Quando se pesquisa no dicionário a palavra "mãe", encontra-se a definição de uma mulher que cria e educa o seu filho (biológico ou adotado), estabelecendo laços maternais (Priberam, 2008-2020). No presente estudo o foco é dado nas progenitoras com PPN, assunto referido coloquialmente como "mãe narcisista".

Existe uma expectativa cultural de que a mãe tem o papel de amar e proteger o filho, e por isso, a noção de que este preconceito por vezes não corresponde à realidade, é ainda de difícil aceitação pela sociedade (Engelke, 2017). A imagem de "mãe" tem um peso muito forte, o que torna este tema um assunto ainda polémico, nomeadamente em Portugal, onde a mãe é vista como uma figura incontestável (no que diz respeito ao filho), e o filho como alguém que deve amá-la e respeitá-la incondicionalmente (FFMS, 2013). O filho, mesmo sendo alvo de extrema violência psicológica por parte da mãe com PPN, é encarado como ingrato e desrespeitoso pela própria progenitora (Brown, 2008). Graças ao seu foco na aparência que transmite aos outros, o sujeito narcisista cria uma imagem cativante junto de quem o rodeia (Back, Schmukle, & Egloff, 2010). Como a mãe narcisista manipula e deturpa a realidade de maneira convincente (Martinez-Lewi, 2014), vitimiza-se em

relação ao filho, com o objetivo de se sentir apoiada no seu papel enquanto mãe, usando os demais contra este. As suas ações tornam-se assim invisíveis para todos, exceto para as suas vítimas, neste caso, o próprio filho. Nos casos em que tenham mais que um filho, as mães narcisistas tendem a favorecer um em relação ao outro, manipulando o filho favorito de forma a terem apoio no *bullying* sobre o filho que não corresponde às suas expectativas. Estes comportamentos da mãe narcisista tornam-se cada vez mais evidentes à medida que a criança atinge a puberdade ou a idade adulta, ao começar a procurar a sua própria identidade e independência.

As mães narcisistas revelam-se, assim, possessivas em relação aos filhos, controlando-os com ameaças, chantagens e abusos emocionais (e por vezes físicos), reclamando que não são submissos o suficiente. Deste modo, negligenciam e desprezam também a autonomia e as fases normais de crescimento dos filhos, sentindo-se ameaçadas pela independência crescente destes, temendo deixarem de ser o centro das suas vidas. Estas ocorrências ampliam a gravidade das circunstâncias do filho, que se vê preso nesta relação tóxica.

2.2.3 Danos causados aos filhos

Ao longo da investigação tentou-se perceber os possíveis danos que a relação com os progenitores narcisistas pode provocar nos seus filhos, também como forma de se entender a influência dos comportamentos da mãe narcisista no sofrimento do filho. Apesar de poder haver diferenças do comportamento da mãe narcisista para com o filho homem e para com a filha mulher, ou com o filho favorecido e o filho que não corresponde às suas expectativas, prejudicando de diferentes formas o desenvolvimento de cada um, tenta-se aqui abordar os danos comuns que são causados às vítimas desta relação.

O filho à partida cresce com carência afetiva materna, principalmente a partir do momento em que comece a querer ter os seus próprios gostos, vontades e relações, algo que a progenitora vê como uma ameaça. Estes são vítimas de uma violência maioritariamente psicológica, onde o facto de a progenitora controlar e depositar as suas expectativas e vontades de forma exagerada e persistente, sem permitir erros, pode causar danos irreversíveis no desenvolvimento do filho. Ao crescer com uma progenitora que não proporciona segurança para que este expresse os seus sentimentos e opiniões, o sujeito poderá desenvolver uma baixa autoestima, desvalorizando os seus sentimentos em prol dos sentimentos e opiniões do outro; neste caso, o sentimento de agradar a progenitora independentemente dos abusos que receba. Por outro lado, tal pode ser usado estrategicamente pelo filho para evitar os confrontos com o progenitor, num instinto de reduzir o nível de conflito, gerindo assim a sua própria ansiedade (Dutton, Denny-Keys, & Sells, 2011; Rappoport, 2005).

Uma vez que os filhos sofrem de uma violência invisível, é difícil receberem apoio dos demais, principalmente se estes estiverem, igualmente, relacionados com a progenitora, apoiando-a como mãe. Com isto, as verdadeiras vítimas são os próprios filhos, que acabam por desenvolver ansiedade e baixa autonomia, já que foram educados de forma a não procurarem a independência da sua progenitora. Como esta é uma relação de difícil ou impossível solução, ter que cortar relações com a sua mãe poderá mostrar-se como o

único desenlace possível para que o filho possa encontrar a sua liberdade, independência e felicidade, apesar de poder não ser uma solução fácil de concretizar.

2.2.4 Artigo : "Mães narcisistas: Despercebidas tanto na ficção como na realidade"

Como aproveitamento do tema para dar continuação na sua investigação, escreveu-se um artigo para a cadeira de Metodologias de Projeto e de Investigação (I), na FBAUP, onde foi proposto desenvolver o seguinte argumento: "Mães narcisistas: despercebidas tanto na ficção como na realidade". Nesse artigo era pretendido analisar a PPN nas personagens das mães narcisistas representadas na ficção e perceber se estas passavam despercebidas dos espectadores de filmes tal como acontece na realidade, em que as pessoas não conseguem perceber quando estão a lidar com um progenitor narcisista. Para essa investigação visualizou-se sete longas metragens sugeridas a propósito da procura por filmes com personagens de mães narcisistas: "Ordinary People" (1980), "White Oleander" (2002), "Coraline" (2009), "Black Swan" (2010), "Tangled" (2010), "August: Ousage County" (2013), "I, Tonya" (2017) (Ash, 2020; Bryan, 2018; Sagacious News Network, 2017). Ao longo da visualização de cada filme, fez-se uma recolha das cenas em que os comportamentos das mães narcisistas em análise foram evidenciados.

Destes sete filmes mencionados, selecionaram-se três para uma análise mais detalhada: "Ordinary People" (1980), "Tangled" (2010), "August: Ousage County" (2013). Após a seleção, foi feita a análise de cada uma das personagens das mães representadas, para confirmar que os seus comportamentos sugerem um diagnóstico de PPN, tendo em conta os critérios apresentados no DSM-5. A partir desta primeira fase de análise, foi possível perceber se a personagem da mãe narcisista passava ou não despercebida relativamente aos comportamentos para com as restantes personagens com que interagia na história. No entanto, o objetivo era também perceber se passavam despercebidas do espectador. Para isso analisou-se as *reviews* publicadas em duas das maiores bases de dados online sobre filmes e cinema: Movie Database (IMDb) e Rotten Tomatoes. No primeiro website foram filtrados, por ordem cronológica, as 30 ultimas *reviews* publicadas de cada um dos três filmes selecionados, enquanto no segundo website foram analisadas as 5 últimas *reviews* publicadas por críticos do cinema.

O objetivo deste artigo foi tentar comprovar o argumento de que as mães narcisistas passam despercebidas tanto na ficção como na realidade. A procura por esta relação de invisibilidade, que ocorre na vida real, na ficção, surgiu devido ao facto de os filmes contribuírem de forma significativa para moldar a perceção do espectador (Hyler, 1988) em relação a diferentes conceitos e realidades, como é o caso da representação da PPN nas mães. Através da amostra de filmes selecionados e dos respetivos *reviews* analisados no artigo, concluiu-se que, no geral, o conceito de narcisismo passa despercebido tanto na ficção como na realidade. Desta análise pôde-se retirar que a falta de noção da existência deste género de mães (que nos filmes acabam por ser vistas simplesmente como mulheres frias, vilãs ou incompreendidas) pode implicar que na vida real, os filhos destas vão continuar a crescer vítimas de violência psicológica.

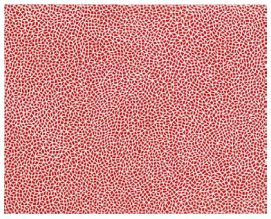
2.3 O tema nos vários campos artísticos

Achou-se importante procurar e observar como o tema do narcisismo era representado nos diferentes campos artísticos, para além da área da ilustração (que será mais à frente abordada), para se perceber como este tema era referido. E, possivelmente, para se obter futuras referências no desenvolvimento do projeto.

2.3.1 Arte

Na pintura são várias as representações feitas ao mito de Narciso, onde este se encontra a contemplar o seu reflexo na água. A mais conhecida entre estas representações é a do pintor Caravaggio, com a sua obra "Narcissus". Outros pintores como Poussin, Turner, Dalí e Waterhouse também abordaram o mito nas suas obras. Estas e outra obras de pintores onde houvesse a representação de sentimentos como dor e medo, poderiam ser relevantes no estudo deste campo. No entanto, achou-se mais pertinente a procura pelo artista que possivelmente teria experienciado uma relação com uma mãe narcisista, e os danos que essa relação possa ter causado e contribuído para a sua abordagem artística.

Nessa referência mais a nível do próprio pintor em relação ao tema, temos o caso de vida de Yayoi Kusama, artista contemporânea japonesa, nascida em 1929, onde o trauma de infância provocado pela sua mãe, a levou ao resultado das suas criações. Em criança, a mãe de Kusama mandava-a espiar os *affairs* do pai, onde ela assistiu a momentos de intimidade que lhe desenvolveram uma obsessão e, ao mesmo tempo, medo do sexo durante toda a sua vida. Acredita-se que devido à infância traumática que teve, a partir dos 10 anos começou a ter alucinações de "campos de pontos", que deu origem às suas famosas pinturas dos anos 50, "Infinity Net" (telas monocromáticas preenchidas com milhares de pequenos pontos) [**FIG#2**], que acabaram por ser a origem do seu estilo artístico. Com 11 anos chegou a fazer o retrato de sua mãe, que odiava, incluindo os característicos pontos [**FIG#3**]. A arte acabou por se tornar numa forma de Kusama lidar com os traumas e alucinações. No entanto, para além da sua mãe ser fisicamente abusiva com ela, também não aprovava o seu trabalho artístico, querendo encaminha-la para um caminho convencional de dona de casa tradicional japonesa. Com isto, Kusama sentia pressão para concluir as suas obras antes que a sua mãe pegasse nelas, como forma de desencorajamento, levando-a a desenvolver ansiedade. Foi a persistência de Kusama que a fez continuar o seu trabalho artístico enquanto lidava com os abusos físicos e psicológicos. Para além de lidar com o trauma de infância, em adulta outros acontecimentos levaram-na a desenvolver doenças mentais e a tentativas de suicídio. O apoio na sua própria arte e a procura de um hospital em que os médicos tinham interesse em fazer terapia através da arte, levaram-na a conseguir suportar os acontecimentos traumáticos da sua vida e fazer dela a importante artista que é ainda na atualidade (Applin & Kusama, 2012; Lee, 2015).



FIG#2
Uma das telas "Infinity Net", 1990

FIG#3
Retrato da mãe, 1939

2.3.2 Cinema

No início do projeto foi revisto o filme "Seven" (1995), sugerido pelo orientador, como meio de analisar como cada pecado era representado pela personagem do assassino. A análise deste filme serviria para se tentar perceber como conseguir ilustrar cada característica da mãe narcisista, tal como o assassino "ilustrou" cada cenário do relacionado com um pecado mortal. Foi após a visualização e análise deste filme, que se passou o foco para filmes onde houvesse a representação de uma mãe narcisista.

Como referenciado na **SECÇÃO 2.2.4** do presente artigo, foram vários os filmes vistos e analisados. Apesar de à partida todos esses filmes representarem este género de mães, nem todos parecem conseguir transmitir os comportamentos destas como algo tóxico e prejudicial para com o(s) filho(s), como também não pareceu haver foco nos possíveis danos que os filhos poderiam sofrer ao lidar com as suas mães. Exemplos contrários desta situação referida, são o filme "Ordinary People" (1980) e "Black Swan" (2010).

Em "Ordinary People" [**FIG#4**], a personagem da mãe, Beth, mostra ser uma pessoa reservada, no entanto os seus comportamentos tóxicos são visíveis para o espectador durante o filme, mesmo que possam não ser corretamente interpretados (sendo que, segundo a análise feita no artigo anteriormente mencionado, Beth pode ser interpretada como uma pessoa incompreendida). No que diz respeito às personagens com que Beth interage ao longo da história, o conceito de mãe narcisista e da PPN não são referidos e passam despercebidos dos demais. No entanto, a personagem do psiquiatra que acompanha o filho de Beth, Conrad, faz algumas referências para que este se imponha em relação à sua mãe. Por sua vez, Conrad apresenta os danos de não se sentir amado pela sua própria mãe e a luta para ser tão validado por ela tal como era o seu falecido irmão. "Ordinary People" é um filme de referência, nomeado e premiado no seu ano de estreia, sendo uma representação fiel à realidade no que também diz respeito ao trabalho feito pela personagem do psiquiatra, que ajuda o filho a lidar com os danos causados pela mãe (Newman, 1996).

FIG#4
Beth e Conrad
("Ordinary People")

No filme "Black Swan" [**FIG#5**], seguimos o percurso de Nina, uma bailarina que demonstra as pressões que a profissão requer, como também o conflito interno entre as obrigações e as próprias vontades. Num filme de ambiente sombrio, a personagem da mãe de Nina, Erica, pode parecer irrelevante no meio da obsessão de Nina para adquirir o papel principal na peça de balé "Lago dos Cisnes". Mas são exatamente os comportamentos da mãe que desenvolveram as fragilidades de Nina, que apesar dos seus 28 anos, é emocionalmente dependente da mãe, com quem ainda vive. Por sua vez, Erica mostra ser uma mãe que projeta os seus sonhos e desejos na filha, impondo a Nina alcançar os sucessos que a própria não conseguiu durante a sua juventude (a sua carreira de bailarina teve que ser interrompida devido a uma gravidez inesperada), controlando a vida emocional da filha e fazendo com que esta passe a viver com os seus sonhos e receios: o objetivo de vida de Nina é então esforçar-se para "ser a melhor" e realizar o desejo da mãe. Erica mostra-se então ser uma mãe extremamente controladora e protetora para que a filha não cometa os mesmos erros que a levaram a perder a sua carreira como bailarina. Com isto é possível assistir a Nina a ser tratada como uma criança através da forma como a mãe interage

FIG#5
Erica e Nina
("Black Swan")

com ela e na invasão ao seu espaço pessoal; na decoração infantil do seu quarto, cheio de peluches; na sua festa de aniversário, que é comemorada como a mãe imaginou e não como Nina desejava. Este género de relação, onde impera o controlo da mãe, impediu que Nina tivesse um crescimento psicológico saudável, o que, como consequência, não permite que Nina saiba dançar com a paixão necessária para obter o papel principal na peça, apesar da sua técnica perfeita. E assim, após ser confrontada pelo diretor artístico da companhia de balé, Nina começa a explorar a sua própria paixão e a criar uma identidade separada da mãe, como meio de ter sucesso como bailarina e na própria vida. É então ao querer mudar esta forma de viver que surge a tensão dessa separação entre Nina e a mãe, mostrando a verdadeira dependência de uma para com a outra. Apesar de outras perturbações psicológicas poderem estar associadas a estas personagens, "Black Swan" consegue assim ser um bom exemplo de representação de uma relação tóxica entre uma mãe narcisista e a sua filha.

2.3.3 Animação

No campo da animação, o filme "Coraline" (2009) e "Tangled" (2010) são duas reconhecidas longas metragens onde parece haver a representação de comportamentos de uma mãe narcisista. No entanto, apesar de não ser relevante na importância do papel para com o filho, em ambos os casos esse papel não é protagonizado pelas mães biológicas: em "Coraline", os comportamentos narcísicos são observados na personagem da mãe de uma dimensão paralela, chamada The Other Mother; enquanto no "Tangled" são observados na mãe adotiva de Ranpunzel, Mother Gothel.

A verdadeira forma de The Other Mother é a de um aracnídeo, no entanto, esta assume a forma física da verdadeira mãe de Coraline, só que tendo botões em vez de olhos, o que não permite transmitir uma emoção real, genuína e reconfortante [**FIG#6**]. The Other Mother manipula a filha oferecendo-lhe uma dimensão com um ambiente alegre e de cores vibrantes, onde tudo lhe parece mais perfeito que quando está com os seus pais verdadeiros (tendo em conta que a sua verdadeira mãe a negligencia devido ao seu grande foco no trabalho). No fundo The Other Mother é a mãe que Coraline desejava: uma mãe aparentemente perfeita, carinhosa, que lhe dá liberdade e que atende às necessidades da filha. No entanto, a verdadeira razão para toda esta manipulação feita por The Other Mother é que Coraline opte por trocar de dimensões (abandonando a sua vida com os seus pais biológicos), cozendo depois os olhos de botões e perdendo a sua perspetiva do mundo. Coraline passaria então a ser uma marioneta de The Other Mother, que apresenta a sua imagem de mãe perfeita, para sugar assim a alma das crianças que manipula. Esta última frase define duas das características de uma mãe narcisista: a de manipular o filho para seu próprio uso, enquanto que com este processo lhe consegue sugar a energia, acabando por se poder tornar num sujeito sem capacidade para se proteger destes tratos.

FIG#6
Coraline com a primeira vesão de The Other Mother, juntamente com a personagem do pai da dimensão paralela ("Coraline")

No caso do filme "Tangled", Mother Gothel rapta Rapunzel, filha recém-nascida da Rainha, por esta ter cabelos mágicos que podem conferir juventude (algo que Gothel tenta manter há centenas de anos). Para isto, aprisiona Rapunzel numa torre isolada do mundo. Esta acaba por crescer sem nunca ter deixado a torre, acreditando, ao mesmo

FIG#7
Mother Gothel e Rapunzel ("Tangled")

tempo, que Gothel é a sua mãe biológica. Tal como em "Coraline", Gothel transmite a Rapunzel ser uma mãe atenciosa e amiga, que a protege na torre porque o mundo lá fora é extremamente perigoso. No entanto, é sabido que Gothel só cuida de Rapunzel por interesse, sendo possível perceber ao longo do filme que Gothel nunca chegou a desenvolver uma relação materna para com a filha adotiva. Em vários momentos, Gothel mostra não ter empatia para com a filha, alimentando uma relação superficial para ganho pessoal [**FIG#7**]. Estes comportamentos de Gothel começam a ser mais evidenciados quando Rapunzel, após fazer 18 anos, foge da torre com a ajuda de um jovem, para conhecer o mundo para além das paredes em que viveu toda a sua vida. Gothel começa então a fazer de tudo ao seu alcance para encontrar Rapunzel, chegando mesmo a magoar os sentimentos da filha para que esta volte para a torre. Por sua vez, Rapunzel não tem noção de estar a ser abusada e manipulada por Gothel, amando e confiando na sua mãe, que a trata cuidadosamente enquanto a filha cumprir exatamente as suas regras e desejos. É na letra da música cantada por Gothel, "Mother Knows Best", que é possível encontrar a fiel representação do discurso característico de uma mãe narcisista. Ao longo da música Gothel chama Rapunzel de "pet" (animal de estimação) e a insulta com vários adjetivos de forma passivo-agressiva. No mesmo discurso, Gothel faz manipulação psicológica ao dar liberdade a Rapunzel ao mesmo tempo que a critica de abandonar a mãe, como intenção de fazer a filha sentir-se mal com a sua própria vontade, para assim a manter na torre. No decorrer da música, Gothel afirma várias vezes que "a mãe é que sabe" ("mother knows best"), uma frase que remete para o seu sentimento de grandiosidade, ao mesmo tempo que tenta induzir admiração na filha ao realçar o seu conhecimento superior em relação ao mundo exterior (o que não corresponde à realidade, sendo que a filha pouco experienciou do mundo exterior). Apesar de Rapunzel não manifestar danos provocados por esta relação com a mãe adotiva, ela é de facto uma prisioneira tanto fisicamente como psicologicamente, que serve Gothel sem receber algo em troca.

Para além destas conhecidas animações, que se tornaram boas referências para a caracterização dos comportamentos de uma mãe narcisista, a animação que influenciou de certa forma o projeto, foi a curta metragem "The Cord" (2019), de Olexandr Bubnov [**FIG#8**]. Segundo o resumo apresentado no IMDB, "*[The Cord] Is about blind maternal love, over care, that doesn't let the son grow into a man, but makes his inner child stay helpless and infantile forages.*", que traduzindo por outras palavras, apresenta o amor sufocante de uma mãe, desenvolvendo um filho dependente. Sabendo-se que à partida as mães narcisistas não têm capacidade de amar, e que o sufoco que o filho sente não é por um amor em exagero, mas sim falta dele, mesmo assim, esta animação representa belissimamente um dos grandes problemas na relação com uma mãe narcisista: que é a mãe prender o filho e este não poder desenvolver a sua própria independência.

FIG#8
Capa da animação "The Cord", de Olexandr Bubnov

Todas estas animações são exemplos que apresentam comportamentos característicos de uma mãe narcisista, estando presente os abusos psicológicos, a imposição de barreiras para manter o filho por perto, a deturpação da realidade e o uso do filho para realizar os seus próprios desejos e necessidades.

2.3.4 Teatro

Apesar de não parecer ter uma relação direta com o narcisismo, uma peça de teatro recomendada para análise durante a investigação, foi a peça "No Exit". Esta é uma peça francesa, escrita pelo critico, argumentista e filosofo Jean-Paul Sartre, em 1944. Ao se investigar o enredo da peça, sabe-se que esta tem apenas três personagens: Joseph, Inès e Estelle. Após a morte, os três encontram-se pela primeira vez numa simples sala, que é o Inferno. Ficam surpreendidos pois aguardavam um Inferno com equipamentos de tortura, mas acabaram numa sala acolhedora. No entanto, a porta da sala está fechada e eles, presos na sala, são forçados a conviver uns com os outros. Após o desenrolar de situações de medo de revelarem os seus pecados e de discórdia, Inès conclui que foram ali colocados para se fazerem miseráveis uns aos outros, e que são eles próprios os elementos de tortura. Joseph acaba por sugerir que fiquem todos em silêncio para não se incomodarem, mas as outras personagens continuam com os seus comportamentos, levando a situações conturbadas.

Numa das situações, Estelle chega a procura por um espelho para ver a sua aparência e Inès oferece-se para ser o "espelho" de Estelle, dizendo-lhe o que vê, o que significa que só se conseguem ver através dos outros. Várias situações vão gerando um ambiente tóxico, que mais tarde, em desespero, leva Joseph a forçar a porta para poder sair, mas em vão. Momentos depois, a porta do inferno abre-se, e Joseph tem então a oportunidade de sair. Só que ao contrário do que se espera, nem Joseph nem as outras duas personagens saem da sala. Isto acontece não só por já não conseguirem ser felizes sem gerar infelicidade no outro (dependência), como também por orgulho de se afirmarem uns aos outros e mostrarem que não são aquilo que o outro diz ver. No meio da loucura, acabam todos a rir-se histericamente, com Joseph a concluir com "Bem então, vamos lá aguentar com isto…".

A frase "o inferno são os outros" é uma referência às ideias de Sartre, sobre o conflito constante de nos vermos como alguém que é visto por outras pessoas (Danto, 1975). Isto é, a maneira como o sujeito acha que os outros o veem, influencia a maneira como se vê a ele próprio, criando uma luta eterna ao não conseguir estar bem só por si, estando dependente de como os outros o percecionam. Esta influência é visível na mãe narcisista, na sua constante procura por uma imagem que seja bem refletida e elogiada pelos que a rodeiam. Ademais, é visível no filho, que tendo a sua autoimagem e autoconceito diminuídos pelas sucessivas críticas da progenitora, procurando a aprovação do progenitor e dos outros que o rodeiam.

2.3.5 Música

Neste campo é possível encontrar-se músicas referentes a Narciso da mitologia grega, como na canção "Narciso" da banda Barão Vermelho, escrita por Cazuza; e na canção "Sampa", de Caetano Veloso, onde descreve a primeira impressão ao visitar São Paulo, numa música que o próprio cantor considera como sendo um hino da cidade

No entanto, neste campo procurou-se uma recolha pessoal: uma música que, desde da primeira vez que a letra foi ouvida, levou a autora a relacionar a sua relação com a mãe

narcisista. Esta música era "Amor Combate", dos portugueses Linda Martini:

"*Eu não te posso dar*
aquilo que nunca tive de ti,
mas não, te vou negar
a visita às ruínas que deixaste em mim.
Se o nosso amor é um combate,
então que ganhe a melhor parte.
(…)
O chão que pisas sou eu.
O nosso amor morreu
quem o matou fui eu.
O chão que pisas sou eu."

Na letra da música, sendo pessoalmente interpretada pela a autora como uma mensagem do filho dedicada ao progenitor, pode-se encontrar a referência à negligência e ao não poder devolver o que nunca recebeu (do progenitor, como por exemplo, o amor e respeito). As ruínas deixadas, neste caso ao filho, podem-se relacionar às marcas deixadas pelo abuso do progenitor e os danos que este lhe causou. A luta (emocional) entre duas pessoas, pela sobrevivência do filho, numa necessidade de preservar a sua saúde mental e "matar" essa ligação com o progenitor, seguindo um caminho diferente e deixar assim de estar sobre esta relação de abuso de poder.

Segundo a pesquisa realizada a entrevistas à banda Linda Martini, percebeu-se que a letra desta música não foi dedicada a alguém em particular, mas sim, escrita como se a contar a história de uma outra pessoa qualquer. Como forma de se poder entender melhor o verdadeiro pensamento de quem compôs a letra, foi feito um pequeno questionário, enviado por email à banda Linda Martini, no dia 15 de novembro, 2019. As respostas foram enviadas por André Henrique, vocalista e guitarrista da banda, e também compositor da letra de "Amor Combate". Em resposta à pergunta sobre o que o inspirou ao escrever a letra, André Henrique responde que "*Não me recordo exatamente. Há dias em que acordas feliz e outros em que tens aquela nuvenzinha que te persegue. Talvez estivesse num dia menos bom e a imaginação fugiu-me para isto. A música é muito terapêutica, tanto para quem ouve como para quem a compõe.*". E após ser lhe apresentada esta abordagem pessoal, e de lhe ser questionado sobre o que lhe pareceu esta diferente interpretação, o músico respondeu que "*É uma das muitas leituras possíveis. Acho que cabe aqui. Não há certos nem errados, há o que cada pessoa retira dali quando ouve.*" [**ANEXO A**].

3. FUNDAMENTAÇÃO CIENTÍFICA

Para a fundamentação científica, questionou-se que imagens e objetos existem relacionados com o tema estudado. É, com isto, importante perceber o papel do ilustrador e do objeto, como também o que já foi feito no âmbito da ilustração e do livro ilustrado e que pudesse vir a ser uma mais valia para o desenvolvimento deste projeto.

3.1 Artigos e dissertações

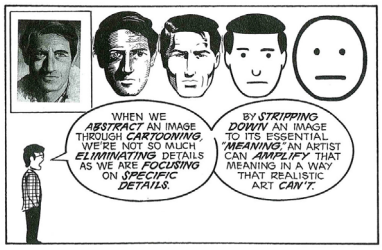
Dos vários artigos, teses e relatórios lidos, tanto na área da psicologia como na área de ilustração e design, houve uma dissertação que se mostrou importante durante determinada fase do desenvolvimento do projeto (fase 3, **SECÇÃO 4.4**). A dissertação em questão tem como titulo "O meu pai (já) morreu - narrativas visuais sobre morte, luto e o sentimento de perda na adolescência", publicada em 2018, por Raquel Cabral Pereira Boavista Carvalho.

Após a leitura desta dissertação, percebeu-se que o rumo que se estaria a tomar no projeto não seria o mais indicado para a autora do presente relatório. Inicialmente houve um processo de distanciamento da autora com o tema e o objeto a ser criado, para que fosse possível encontrar-se uma abordagem e linguagem visual que representasse as características da mãe narcisista e os danos causados ao filho de uma forma geral. A intenção seria alcançar um certo público alvo, numa abordagem possivelmente mais comercial ou, pelo menos, mais informativa em relação ao tema. Posteriormente à leitura da dissertação de Raquel Carvalho, numa fase em que a autora (do presente relatório) se sentia desconectada com o seu projeto, percebeu-se a necessidade de seguir um caminho de representação mais pessoal. Isto, pois a dissertação em questão aborda um tema extremamente pessoal, de luto, com um processo de procura pela representação de memórias e sentimentos (muito próprios) através da ilustração.

Ao se observar o processo de criação de Raquel Carvalho - que transmitiu uma sensação de liberdade (pessoal) - e a sua investigação no campo da autorrepresentação, redefiniu-se o que faria sentido de se desenvolver neste projeto. Definiu-se a partir daí o desenvolvimento de uma autoedição, fanzine, como forma de se poder não só abordar algo pessoal, como social, sem as preocupações de se alcançar o que faria sentido não só para o público, mas também, o que faria sentido para a própria autora. Também os capítulos em que aborda "o ilustrador enquanto personagem, intérprete e autor", "as narrativas autobiográficas" e "autoedição" foram importantes no entendimento para a investigação.

3.2 A ilustração, o ilustrador e a autorrepresentação

Pode-se considerar o desenho um ato quase primordial, que acompanha a humanidade desde cedo e que é uma das primeiras formas do ser humano se exprimir. Do simples desenho pode nascer a ilustração, criada das mais variadas formas, como meio de explicar, interpretar ou até decorar um texto. A ilustração em particular não está preocupada em retratar as imagens de forma realista, com fidelidade gráfica, mas sim, em capturar a realidade. Isso permite-lhe liberdade para poder retratar temas, ideias e sentimentos complicados, por vezes, difíceis de explicar, através da metáfora e do exagero. A capacidade de a ilustração permitir que se possa moldar as situações e emoções, faz com que se consiga transmitir certos conceitos de forma eficaz, removendo o que não interessa e exagerando o que é relevante. Isto é, ao se remover detalhes estamos a dar mais importâncias ao que não removemos. E ao se simplificar uma imagem ao seu significado essencial, pode-se amplificar a mensagem de uma forma que a arte realista não consegue (McCloud, 1993) [**FIG#9**].



FIG#9
Tira do livro "Understanding Comics: The Invisible Art", de Scott McCloud

Com isso, é possivel explorar-se a ilustração de inúmeras formas ou técnicas para se poder passar a mensagem a quem as observa, sem a necessidade de que estas estejam dependentes de palavras que as expliquem. Sem barreiras, a ilustração tem assim uma enorme força ao poder ser entendida universalmente. Através da sua função de comunicar através do desenho, o ilustrador pode então usar a ilustração para explorar e explicar diversos temas, reais ou imaginários, levando o leitor a entrar no seu mundo ou no mundo do outro que ele ilustra. Quando se trata de sentimentos e experiências pelas quais passou, o ilustrador pode entrar num campo da autorrepresentação, evidente, subliminar ou oculta, para tentar comunicar o que sente e que mais ninguém consegue ver.

Foi com estes princípios que a autora do presente relatório achou que a ilustração seria o campo indicado para abordar um tema pessoal. Sendo a relação do filho com a mãe narcisista uma realidade invisível - que mesmo podendo ser explicada ainda causa desconforto na sociedade -, o facto de se tentar ilustrar os abusos da mãe e o sofrimento do filho através de imagens, pode levar o leitor a entender esta realidade ou, até mesmo, a senti-la. Além disso, a autorrepresentação do ilustrador pode ir ao encontro dos sentimentos de outros que se identificam o com o assunto ilustrado e que não tem facilidade em transmitir o que sentem, podendo a ilustração se tornar num meio de apoio ao leitor.

3.3 Auto-edição : Fanzine

> "*[O] significado de fanzine será o de um magazine feito por fãs de um determinado tema e destinado a fãs desse mesmo tema.*"
> (Lino, 2019)

Os fanzines são conhecidos por serem publicações independentes, geralmente caseiras e de produção de baixo custo, que surgiram na década de 30, nos Estados Unidos da América. São várias as técnicas que se podem utilizar para a criação de conteúdo para um fanzine, que no final se traduzirá em uma publicação em formato igual ou próximo

de uma revista. Este género de publicações pode conter textos, fotografias, tiras de banda desenhadas, ilustrações, entre outros, sendo o foco na apresentação visual.

Os fanzines são então considerados um meio de expressão do autor, trabalhados geralmente de forma experimental. Através deste suporte, o autor pode abordar e expressar a sua opinião sobre diversos temas, sem receios, sendo possível o uso de linguagens provocatórias e temas polémicos que não têm oportunidade de serem expressados em outros meios convencionais. Alguns dos temas mais comuns de serem retratados e manifestados em um fanzine, estão relacionados com perspetivas ideológicas, sociais e políticas.

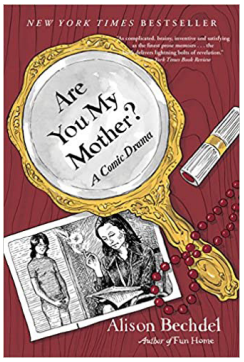
> "*[Em] muitos fanzines há também uma componente muito importante de artigos com conteúdos mais pessoais e até mesmo com um cariz mais introspetivo.*" (Guerra & Quintela, 2014)

Para além dos temas de opinião, crítica, manifesto e luta de causas, há também a manifestação de pensamentos e ética pessoal. Foi na procura por esta liberdade de expressão de um tema pessoal e socialmente pouco abordado, que a autora do presente relatório definiu o seu objeto em desenvolvimento como um fanzine [**SECÇÃO 4.4**].

3.4 Livros ilustrados

Desde o início do projeto que se fez investigação de livros ilustrados em lojas e atelier do orientador [**FIG#11**]; como também questionou-se, via email, outros professores da área da ilustração e banda de desenhada - Prof. António Modesto, Prof. Rui Vitorino, Prof. Júlio Dolbeth, Prof.ª Sofia Neto, Prof. Pedro Moura -, se tinham conhecimento de livros ilustrados que abordassem este tema em concreto ou outros temas relacionados com *bullying* ou abuso (físico e/ou psicológico), negligência e doenças mentais.

Sobre progenitores narcisistas em concreto, não se encontrou nenhum livro ilustrado em específico. Já na banda desenhada foi sugerido o livro "Are You My Mother?", de Alison Bechdel, que faz um retrato da relação com a sua mãe tóxica, usando a autorrepresentação e a representação da sua mãe. As imagens apresentadas nas vinhetas são de linha preta, com uso de cores de tons cinzento e vermelho, evocando um ambiente pálido. Uma das versões da capa do livro (capa mole) ilustra uma fotografia da filha, aparentemente cabisbaixa, ao lado de sua mãe em pose matriarcal, enquanto olha para folhas [**FIG#10**]. Sob a fotografia vê-se um espelho, que é também um elemento representativo do narcisismo. Embora estes elementos relevantes para referência, a narrativa em vinhetas não seria o género de abordagem que se pretendia para este projeto, mantendo-se a procura pelo livro ilustrado e a relação do tema com a representação através da ilustração.



FIG#10
Versão capa mole do livro "Are You My Mother"

Entre os vários livros sugeridos pelos os Professores anteriormente referidos, houve resposta a livros ilustrados que abordavam os outros temas pedidos e que poderiam ser apropriados nesta investigação. Entres eles, podemos destacar:

- "**O Corpo de Cristo**", de Bea Lema, sobre a perspetiva de uma filha que acompanha a doença mental da mãe, que não reconhece a doença.

FIG#11
Alguns dos vários livros não mencionados no presente relatório, analisados no atelier do orientador, Prof. Luís Mendonça

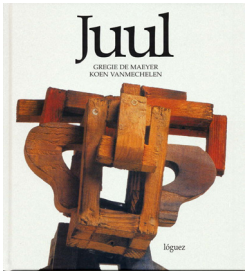
- "**Snill**", de Gro Dahle e Svein Nyhus, sobre negligência.
- "**Okilélé**", de Claude Ponti, sobre uma família disfuncional e rejeição.
- "**Daddy's Girl**", de Debbie Drechsler, sobre incesto.
- "**Panter**", de Brecht Evens, sobre assedio e abuso sexual.
- "**Petit-Ane**", de Serge Kozlov, sobre suicídio.
- "**Nódoa Negra**", da editora Chili com Carne, onde várias ilustradoras representam a dor.

Outros livros ilustrados sugeridos tinham elementos que foram significativos, embora que por um curto período do desenvolvimento, principalmente no que diz respeito aos elementos de texto, narrativa e ilustração:

- "**O Livro da Avó**", de Luís Silva [**FIG#12** e **#13**], sobre a morte da avó e a saudade que esta deixou ao neto já crescido, que a relembra ao longo das páginas de texto e ilustração, com imagens que divergem entre o obscuro e o ternurento. Esta divergência de ambiente entre as ilustrações foi algo analisado durante a procura por uma linguagem para este projeto, sendo que numa das fases se tentou a criação de um degradê de tons/ambiente para as ilustrações que escalassem do que parecia ser a representação aparentemente normal da relação entre mãe e filho, até se chegar à representação clara do abuso

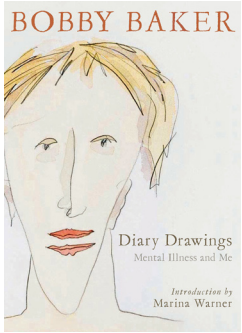
FIG#12 #13
Capa e umas das ilustrações do livro "O Livro da Avó"

- "**Juul**", de Greg de Maeyer e Koen Vanmechelen [**FIG#14**], retrata a história de um jovem que sofreu bullying e cometeu suicídio. O livro é ilustrado através de fotografias tiradas a uma figura de madeira, que representa o personagem principal. Há medida que os acontecimentos vão sendo contados através de texto e que o bullying sofrido pelo jovem vai-se intensificando, a figura de Jull vai ficando cada vez mais mutilada através de atos autoinfligidos (como puxar o cabelo e arrancar as suas próprias orelhas) até que só sobram os restos da personagem (Van Meerbergen, 2012). A eficácia como através da narrativa do texto e das ilustrações (que apresentam o abuso e a autodestruição da personagem principal), chegou a ser uma abordagem de análise. Isto, pois na fase em que se tentava criar o livro com ilustrações do sofrimento do filho, pareceu que a representação do filho a ser destruído (pela mãe narcisista) ou a desvanecer seria relevante. No entanto, esta opção acabou por ser colocada de lado quando, por sugestão do orientador, se tentou procurar uma narrativa mais positiva, em que o filho encontra um final feliz, de libertação (da progenitora).



FIG#14
Capa do livro "Juul"

- "**Diary Drawings: Mental Illness and Me**", de Bobby Baker [**FIG#15**], é um livro de 158 desenhos criados pela autora, que foi diagnosticada com Perturbação de Personalidade Borderline. Através do desenho, Bobby Baker encontrou uma forma de ilustrar a sua jornada com esta doença mental, enquanto procura alcançar a recuperação. As ilustrações revelam a dura realidade de ser viver com uma perturbação e a falta de compreensão da sociedade. Apesar de este ser o resultado de um livro ilustrado pela própria pessoa com a doença



FIG#15
Capa do livro
"Diary Drawings"

mental, as imagens foram importantes para se tentar perceber como é vista a realidade das pessoas com perturbação de personalidade, neste caso, borderline. O propósito ao se analisar este livro era o de tentar compreender que a mãe narcisista - chegando a ser considerado que tenha PPN -, pode ter uma visão própria bem diferente do que se perceciona ao se observar os seus comportamentos. Esta análise, apesar de ter sido breve, seria para ser aplicada no livro da mãe que ilustraria a forma como esta vê a sua filha (descrito na secção 4.3 do presente relatório).

FIG#16
Ilustração do livro
"The Z Was Zapped"

- "**The Z Was Zapped**", de Chris Van Allsburg [**FIG#16**], é um livro sobre o alfabeto que aborda a violência numa abordagem surreal e sinistra, a preto e branco, com elementos desenhados a lápis num estilo realista. O livro retrata de um jeito dramática o desfecho hediondo como cada uma das 26 letras do alfabeto foram tratadas. É usado também no texto a forma de abuso cuja a primeira letra é referente a cada letra abusada; como por exemplo, "The A was in an Avalanche" ou "The B was badly Bitten". A simplicidade como a mensagem é transmitida através de uma curta frase e de uma imagem agressiva ou obscura, chegou a ser uma das intenções na criação do objeto: a procura por se criar imagens fortes que representassem a situação, acompanhadas eficazmente de uma palavra ou de um curto texto.

- "**The Little Men Book**", de Andrea e Lorenza Branzi, e "**The Perfect Match**", de Wayne Anderson. No primeiro livro é possível interagir com as páginas, através de elementos rotativos que alteram a expressão do rosto ilustrado. E em ambos os livros há páginas dividas em tiras, para que seja possível fazer-se diferentes combinações, o que chegou a ser uma particularidade pensada para o objeto deste projeto.

- "**Angryman**", de Gro Dahle e Svein Nyhus [**FIG#17**], conta a história de uma criança que assiste aos comportamentos agressivos do pai para com a mãe da criança, e o sentimento de culpa que a situação gere no menor. Os livros de Gro Dahle e Svein Nyhus à partida eram apropriados para análise, pois este casal trabalha temas complicados, do foro psicológico, com ilustrações próprias para crianças que possam também estar a passar por essas situações. O facto de Svein Nyhus ter um site próprio onde partilha o seu processo de trabalho na ilustração, revelou-se de certo modo significativo no incentivo à vontade de se trabalhar com materiais analógicos. A representação da figura da personagem do pai deste livro chegou a ser estudada para o estudo da personagem da mãe narcisista (no estudo para a última fase do objeto, **SECÇÃO 4.4**)

FIG#17
Uma das ilustrações
do livro "Angryman"

Vale a pena referir também alguns dos livros observados na primeira fase do trabalho, onde se procurou livros ilustrados com peculiaridades. Entes eles estão:

- "**Casualidad**", de Pepe Monteserín e Pablo Amargo, pelo formato do livro, estreito, ao alto. Esta característica estaria relacionada com o formato inicialmente escolhido para o objeto a ser desenvolvido neste projeto.

- "**O Meu Irmão Invisível**", de Ana Pez, e "**What's hidden in the woods?**", de Aina Bestard, por ambos usarem uma película translúcida de cor, que, ao se colocar essa película sobre a ilustração, anula essa mesma cor na imagem. Para o objeto do projeto, estudou-se esta característica para evocar a ideia de máscara (da mãe narcisista), onde o lado mau seria anulado pela película, revelando a realidade por detrás dos comportamentos da mãe.

- "**The 1000 Dot-to-Dot Book Masterpieces**", de Thomas Pavitte, que permite unir os vários pontos devidamente indicados para se formar a imagem. Mostrou-se relevante pelo o "unir dos pontos" e criação de "linhas" que poderia evocar a ideia de cortar a ligação (do filho com a mãe narcisista).

- "**Era uma vez… Carrossel de Contos de Fadas – Capuchinho Vermelho**", de Veronika Kopeckova, onde o livro se encontra inserido numa caixa, e dentro da caixa estão os cenários da história, que podem ser rodados para se observar um a um. A ideia dos acontecimentos a serem visto dentro de uma caixa, tal como as situações com a mãe narcisista acontecerem entre as quatro paredes da casa, pareceu ser algo a considerar.

- E alguns dos livros de Kateřina Vincourová, onde um deles [**FIG#18 #19** e **#20**], para além do uso de janelas e transparências, tinha um saco de plástico colado à página, que podia ser enchido ao soprar num pequeno buraco da mesma. O elemento do saco evocava a ideia de sufoco do filho na sua relação com a mãe, tornou-se um elemento a ter em conta para esta representação.

FIG#18 #19 #20
Capa e detalhes do livro de Kateřina Vincourová

Esta pesquisa permitiu perceber como outras obras ilustradas transmitem a mensagem ou tema, as técnicas e peculiaridades que usam e quais os possíveis estilos e elementos que mais se adequaram ao objeto a ser desenvolvido.

3.5 Ilustradores

Vários ilustradores serviram de inspiração durante as várias fases do desenvolvimento do projeto, no que diz respeito ao estilo, formas, técnicas, entre outras características das respetivas ilustrações analisadas [**FIG#24**]. Alguns desses ilustradores foram significativos durante o processo, como o caso do ilustrador Marriette Tosel (heterónimo de Tiago Manuel), durante a primeira fase do projeto [**SECÇÃO 4.2**]. As ilustrações de Tosel no seu livro "O Armário Psicótico - Boas Maneiras" revelam de imediato um estilo surreal, que sem a presença do texto se traduziria em ilustrações ambíguas, porém de mensagens aparentemente irônicas. A melancolia transmitida nas suas ilustrações, através do uso de tramas, chegou a ser uma técnica que se experimentou durante a primeira fase do projeto [**SECÇÃO 4.2**].

FIG#21
Ilutração de John Holcroft

Na segunda fase do projeto [**SECÇÃO 4.3**], houve inicialmente um foco no ilustrador John Holcroft, pelo estilo de ilustração editorial. Embora os seus trabalhos possam por vezes ser mal interpretados e descontextualizados, Holcroft consegue passar mensagens provocadoras através das suas ilustrações, sem a necessidade de incluir texto. Esta característica correspondia ao que se pretendia desenvolver no início do desenvolvimento nesta fase em questão [**FIG#21**].

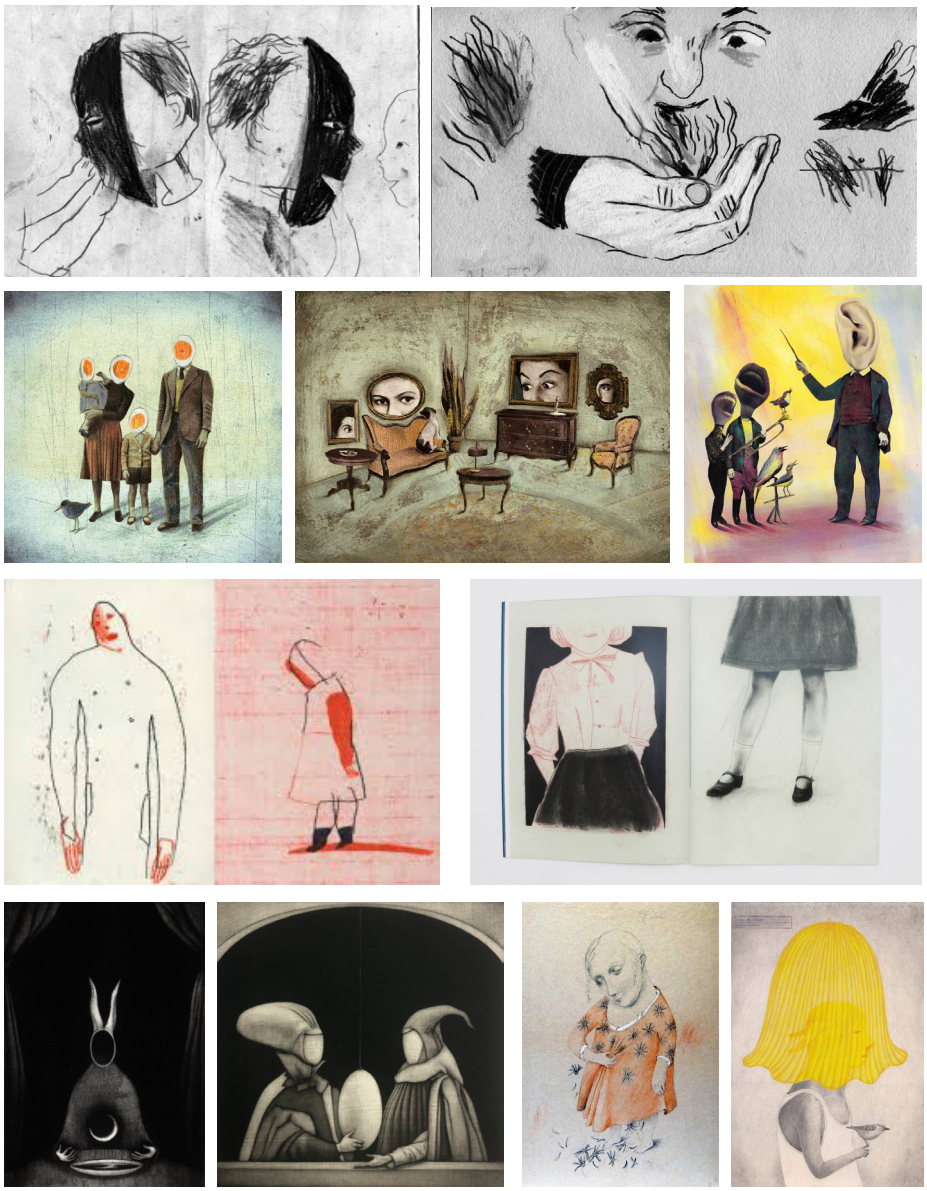
No início da terceira fase do projeto [**SECÇÃO 4.4**] teve-se como referência dois ilustradores: Joohee Yoon, como análise da ilustração pensada para ser impressa em risografia. Dos seus trabalhos, observou-se as formas e sobreposições usadas, principalmente nos livros adquiridos "Up Down Inside Out" e "Steadfast Tin Soldier" [**FIG#22** e **FIG#23**]. No último livro referido, o ambiente agressivo provocado não só através dos elementos e texturas, como também pelas cores (vermelho, preto e cinzento), serviram de inspiração para a paleta a ser trabalhada (preto e vermelho). E o segundo ilustrador, já anteriormente mencionado [**SECÇÃO 3.4**], foi Svein Nyhus, para observação de como ilustrava as emoções nas suas personagens através das expressões, dinamismo e postura das figuras.

FIG#22 #23
Ilustrações de Joohee Yoon, para o livro "Steadfast Tin Soldier"

No entanto, com a evolução desta última fase referida, os casos de estudo para as ilustrações focaram-se em trabalhos de três ilustradores: Monassi, Malva e Tina Siuda.

3.5.1 Moonassi

Daehyun Kim é artista gráfico sul coreano, também conhecido por Moonassi, nome que atribui à sua série de trabalhos aqui analisados [**FIG#25**]. Essa série, iniciada em 2008, remete à arte do desenho asiático tradicional, limitada ao uso de linha e tinta preta. Este seu trabalho aparenta não ter um fio condutor em termos de narrativa, apresentando diferentes estados e emoções de um jeito quase apático, onde Moonassi pretende tranquilizar os seus pensamentos através do desenho, transportando para as suas personagens emoções difíceis de explicar (Kim, 2010). O facto de as suas personagens não terem características que as definam, sendo todas desenhadas com as mesmas características, permite espaço para a interpretação e para que o observador possa projetar as suas pró-



FIG#24
Alguns dos vários ilustradores de inspiração ao longo do processo,
não mencionados no presente relatório:
Ana Biscaia, Alessandro Lecis e Alessandra Panzeri, Ingrid Godon, Kouki Tsurutani, Joanna Concejo

prias experiências e sentimentos. A simplicidade e delicadeza nas suas obras, apesar de abstratas, conseguem transmitir emoções mesmo que não se perceba exatamente quais.

Moonassi foi, para a autora, uma forte inspiração na última fase do projeto [**SECÇÃO 4.5**]. Vários dos aspetos apresentados no trabalho do artista, estão diretamente relacionados com o que se procurou para a criação das ilustrações deste projeto. Estas referências de inspiração surgem na procura pela simplicidade, pelo ambiente melancólico e surreal, e na emoção que consegue transmitir. Outros elementos que usa, como as máscaras, fios e relação entre duas pessoas, foram também ao encontro que se pretendia representar neste projeto, sendo observadas como forma de se entender a mensagem com o uso desses elementos. E por fim, a mensagem onde Moonassi diz que "*My drawings are all about me and others.*" (Connelly, 2016), de desenhar não só sobre si, como sobre os outros, define o que se pretende criar neste projeto.

FIG#25
Parte da serie de ilustrações de Moonassi, intituladas com o mesmo nome

3.5.2 Malva

Mariana Bento, também conhecida por Malva, nasceu em 1993, em Macieira de Cambra, Portugal. Concluiu o ensino secundário na Escola Secundaria Artística Soares dos Reis, no Porto. Licenciou-se em Artes Plásticas na Escola Superior de Artes e Design de Caldas da Rainha, e frequentou, juntamente com a autora do presente relatório, a Pós-Graduação em Ilustração, na FBAUP, em 2017.

Como forma de se perceber o que pretendeu retratar com os seus desenhos e as suas inspirações, fez-se uma pequena entrevista a Mariana Bento [**ANEXO B**]. Segundo Mariana, os seus trabalhos caracterizam-se num interesse pela figura feminina e por posturas melancólicas. Através de um o número reduzido de cores em cada ilustração, e geralmente através do uso do lápis, é possível observar-se as suas figuras de corpos elásticos e proporções exageradas, desenhadas em fundos simples ou por vezes vazios.

Dos trabalhos de Mariana, um serviu como caso de estudo [**FIG#26**]: Foi na aflição de criar um trabalho a ser exposto, que nasceu a sua série de dez ilustrações, sem título,

sobre a ansiedade. "Falo sobre mim e sobre a ansiedade, falo sobre como é carregar um gigante que ninguém vê." [**ANEXO B**]. Foi neste trabalho que a autora do presente relatório procurou inspiração desde o início do projeto, sendo mais evidente no trabalho realizado durante a última fase [**SECÇÃO 4.5**]. Inicialmente focou-se a análise desta série de ilustrações na mensagem de cada uma delas, onde foi possível encontrar, em cada uma, elementos e sentimentos que podiam ser associados às representações do sofrimento de um filho de mãe narcisista. Entre estes elementos estavam a "máscara", que remetia para a forçada aparência do filho, exigida e/ou criada pela mãe, para que os outros não percebam a realidade; o "isolamento" e "solidão", que foi associado ao isolamento do filho, só, entre os que o rodeiam; o "sufoco" do filho para com a mãe, submergindo a sua cabeça esgotada; e o "peso" que a mãe tem sobre o filho, limitando-o e levando-o ao esgotamento.

Já na última fase do projeto, o foco nesta série de ilustrações foi dado ao seu estilo e à técnica que Mariana usou. Do seu trabalho, tentou-se retirar a sua sensibilidade e comunicação da mensagem através da simplicidade. Numa procura por o uso de técnicas analógicas, experimentou-se o lápis, tentando perceber como ela o trabalha nas linhas e mancha. Apesar de esta série da Mariana ser impressa em risografia, não foi o que inspirou a autora do presente relatório a procurar por esta técnica, no entanto, posteriormente serviu para se tentar perceber como os elementos eram trabalhos, procurando pelo enriquecimento do resultado final.

FIG#26
Parte da serie de ilustrações de Malva, sem titulo

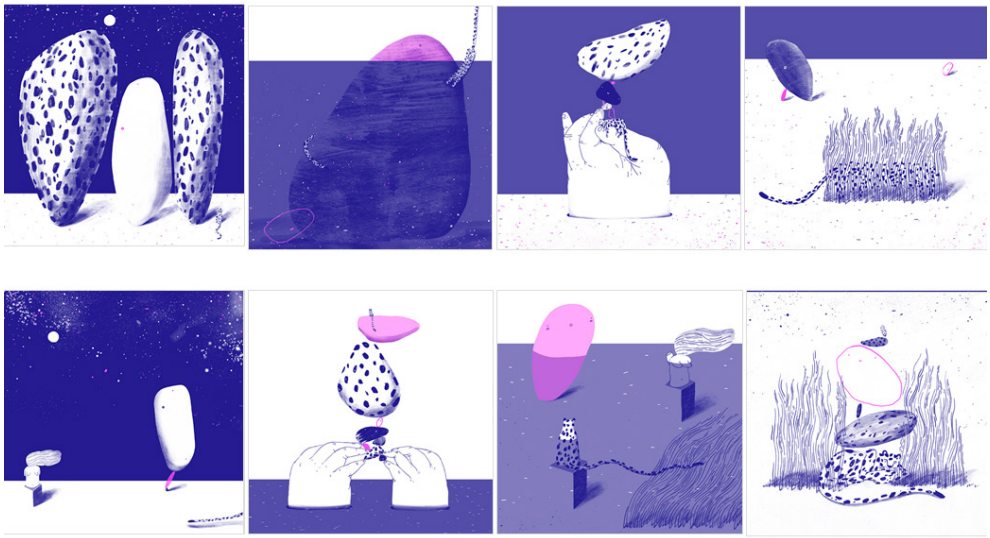
3.5.3 Tina Siuda

Tina Siuda nasceu na Polónia e vive atualmente no Porto, Portugal. Na variedade dos trabalhos que faz, estão as ilustrações, os projetos editoriais e murais, num estilo característico da ilustradora.

Há semelhança de Mariana Bento, Tina Siuda apresentas-- nas suas ilustrações figuras de corpos elásticos e de proporções exageradas, com características femininas. Por sua vez, em determinados trabalhos há um maior uso da cor, com paletas suaves, de tons pastel. Nas suas várias ilustrações faz uso da linha, mas principalmente da mancha, geométrica ou deformada, vazia ou cheia, grande ou pequena, criando representações figurativas, abstratas, de ambiente surreal, mágico e espacial.

Foi no seu fanzine, "Zine 5" [**FIG#27**], que a autora deste relatório procurou elementos de inspiração ao querer ilustrar algo que remetesse ao universo, para se representar a mãe narcisista como sendo o centro à volta do qual tudo gira. Neste fanzine encontra-se

na ilustração um ambiente que remete a esse universo, com representações surreais e abstratas. Através da análise desse ambiente e elementos representativos, tentou-se perceber como ilustrar a relação entre a mãe e o filho seguindo uma direção menos realista, e mais abstrata e metafórica.



FIG#27
Parte da serie de ilustrações de Tina Siuda, na sua fanzine, "Zine5"

3.6 Técnica de impressão: Risografia

A partir de determinada fase do desenvolvimento do projeto (fase 3, mencionada na **SECÇÃO 4.4**), houve a necessidade de se seguir uma nova abordagem, optando por se trabalhar o objeto para ser impresso em risografia. Isto, pois para além de poder ser uma forma de enriquecer a ilustração e combinar a técnica de desenho trabalhada no momento (a lápis grafite), existiu também a curiosidade pessoal de se experimentar esta técnica, entendendo o seu funcionamento e percebendo como preparar o ficheiro para impressão.

Fazendo-se uma introdução à técnica, a risografia é uma técnica de impressão de baixo custo, desenvolvida pela empresa japonesa Riso Kagaku Corporation, fundada em 1946, que se traduz num tipo de impressão que transfere a tinta do tambor rotativo através de um stencil (George, 1993). A esse *stencil* é dado o nome de "master", que consiste numa pelicula perfurada com a imagem a ser impressa, que é posteriormente envolta no tambor. A tinta do tambor passa então para o papel através dos furos, numa técnica de impressão que remete para o carimbo (neste caso, a alta velocidade de rotação do tambor sobre a folha plana). Cada tambor equivale à impressão de uma camada de cor da imagem, sendo que é impressa uma cor de cada vez. Ao se retornar a imprimir as folhas numa segunda cor, cria-se um efeito de sobreposição (multiplicadora) entre as várias cores impressas. Sendo a empresa a produzir a sua própria tinta, há um limitado numero de cores (Pantone) disponíveis comercialmente, indicadas por cada estúdio de impressão. O tamanho máximo do papel também é limitado a um A3, tendo-se em conta 1cm de

margem à volta de folha, só imprimindo em papéis não revestidos (*uncoated*), de gramagens entre os 80g a 210g.

Tendo-se em conta que nesta fase do projeto estava a ser usado lápis grafite na criação das ilustrações, esta técnica de impressão foi também a solução proposta pela procura de um efeito mais analógico, tentando-se escapar à perfeição que é imposta na atualidade pelo digital. Isto, pois o facto de a impressão das diferentes cores da imagem serem impressas individualmente, podem provocar um desfasamento de camadas da imagem final. Esse desfasamento da sobreposição de camadas resulta em falhas de impressão que originam uma imagem de características plásticas atrativas, em que as diferentes folhas impressas podem ter resultados dispares, remetendo ao resultado dos processos analógicos.

4. PROJETO

O objetivo principal deste projeto passou por criar um objeto que sensibilizasse o leitor para a realidade de que nem todas as mães proporcionam amor, afeto e respeito ao filho. Uma das áreas de interesse da autora deste projeto incide na ilustração, e daí a procura pelo objeto editorial ilustrado como resposta ao objetivo do projeto.

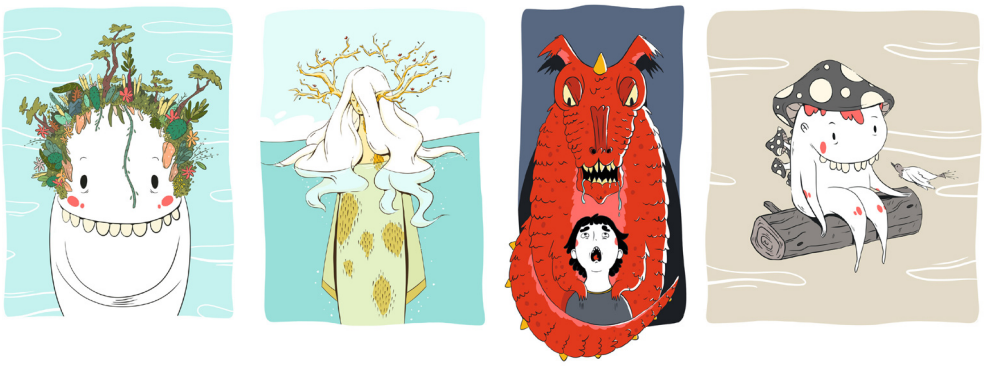
4.1 Contextualização na ilustração

Antes de se passar ao processo propriamente dito, talvez seja relevante fazer uma breve apresentação da autora e contextualizar o seu trabalho na área do desenho e ilustração. Embora esta seja uma área de grande interesse para a autora, nem sempre foi uma área por ela explorada. Enquanto que há dez anos atrás havia por esta um hábito de desenho diário, com o uso do lápis grafite ou lapiseira, foi também nessa década passada que deixou de desenhar. Ironicamente, o motivo dessa desistência estava relacionado com a sua progenitora.

Os seus desenhos costumavam ser a rara forma de receber elogios da sua progenitora. Quando os elogios se converteram em críticas negativas, a autora, saturada da constante negatividade, eliminou assim uma maneira de as receber, colocando esta atividade de lado (que ao mesmo tempo era o *hobbie* que a ajudava a ultrapassar o ambiente em que vivia).

Só há cerca de quatro anos atrás é que a autora sentiu vontade de reentrar no mundo da ilustração. No entanto, o excesso de autocrítica e a falta de um estilo característico não ajudou a desenvolver novamente um processo diário no desenho. Também a admiração por diversos estilos na ilustração, fez com que não conseguisse arranjar um modo de focar o seu investimento pessoal num único estilo e técnica. O uso de programas digitais passou a ser o principal meio de criação da autora, onde investiu no design de personagens, através de formas simplificadas e cores planas [**FIG#28**]. Esta abordagem acabou por se tornar limitada ao longo do tempo, tanto em técnica como em processo criativo.

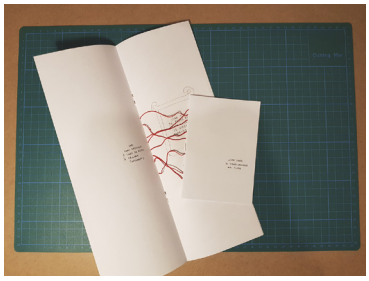
Como forma de encontrar um novo percurso na área, em 2017, a autora frequentou a Pós-Graduação em Ilustração, na FBAUP, o que se revelou uma mais valia na experiência com diferentes técnicas analógicas, apesar da dificuldade que autora sentiu para se expressar através do desenho. Após este processo de procura por voltar a entrar na ilustração de uma forma que lhe fosse satisfatória, e de tentar encontrar uma linguagem característica, a autora optou por fazer o presente projeto de ilustração com a finalidade de dar também continuidade a esse objetivo.



FIG#28
Serie de ilustrações da autora do relatório, Joana F. Bastos

4.2 Fase 1: Primeiros estudos

Após a fase de investigação do tema nos diversos campos artísticos, procurou-se definir o que se pretendia desenvolver no presente projeto a nível da ilustração, e qual seria o formato e dimensão do objeto (livro). Relativamente ao formato em livro, surgiu uma solução que pareceu resultar logo à partida. Essa solução consistia na criação de dois livros diferentes: o primeiro teria 148mm de largura e 297mm de altura ou mais, e seria para ilustrar as características da mãe narcisista (Livro Mãe). O segundo livro, de dimensões reduzidas, menor que um A6, apresentaria o sofrimento causado ao filho (Livro Filho). A diferença de tamanhos serviria para refletir o estatuto e personalidade das duas personagens. O Livro Mãe seria comprido e estreito, mostrando superioridade, enquanto o Livro Filho seria pequeno, mostrando fragilidade. Ambos os livros estariam unidos nas lombadas através de fios emaranhados, representando a ligação complicada entre as duas figuras. O Livro Filho estaria no interior do Livro Mãe, descaído [**FIG#29**]. Tencionava-se desta forma provocar uma sensação de desconforto ao leitor, que ao tentar segurar no pequeno livro (do filho), poderia ter vontade de os separar para um melhor manuseamento do pequeno objeto.



FIG#29
Primeiro estudo do objeto (para o Livro Mãe e Livro Filho)

Estabeleceu-se o objetivo de se trabalhar a ilustração como forma de o público conseguir perceber o tema abordado. Para tal, definiu-se quais as características da mãe narcisista e do tipo de sofrimento do filho que seriam representadas. Foi feita uma investigação de imagens e fotografias que ilustravam cada uma dessas características listadas e a partir destas criaram-se tabelas (para a mãe e para o filho) com estudos para se descrever situações para cada uma das característica e imagens selecionadas. A partir daqui surgiram os primeiros *storyboards* para o livro da mãe e para o livro do filho, com oito a dez ilustrações.

Deu-se foco ao estudo das ilustrações, onde se fez a recolha de livros ilustrados como forma de observar diferentes estilos de ilustração e com o objetivo de se criar um *moodboard* de inspiração. Foi também feita a procura de livros com peculiaridades [**SECÇÃO 3.4**], principalmente porque na altura, havia a possibilidade de fazer uso de celofane vermelho como meio de ocultar traços na ilustração [**FIG#30** e **#31**], sugerindo a ideia de máscara (que é um elemento que pode caracterizar a mãe narcisista). Para isso analisaram-se livros com esta peculiaridade para se perceber melhor a técnica. Foram depois

realizadas algumas experiências com o celofane vermelho, e ainda algumas com o uso de papel prateado refletor para evocar a ideia de espelho. Após as breves experiências, nenhuma das ideias chegou a ser desenvolvida, pois avançou-se para um foco na procura da melhor abordagem no desenho.

FIG#30 #31
Estudo com papel celofane

Fez-se então um estudo de ilustradores e livros ilustrados que abordassem temas da área de psicologia e doenças mentais, com o intuito de se perceber como eram ilustrados estes temas. Foi sugerido pelo orientador deste projeto um exercício no qual se tentava replicar os estilos dos ilustradores que melhor se enquadravam no ambiente que o tema sugeria: algo obscuro. Para isso, a partir da técnica habitual da autora, criou-se uma ilustração, em Photoshop, referente ao tema [**FIG#32**]. Com a seleção de alguns ilustradores para o exercício, tentou-se recriar essa primeira ilustração nos respetivos estilos dos ilustradores de referência [**FIG#33 #34 #35 #36** e **#37**].

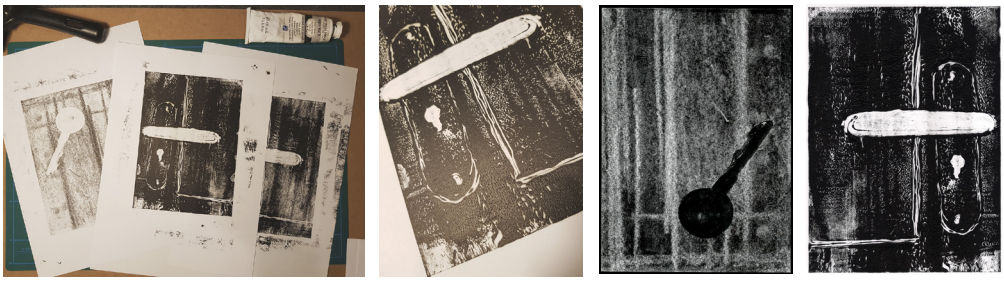
Nessa altura, um dos estilos que melhor se parecia enquadrar no ambiente do tema era o de Marriette Tosel [**SECÇÃO 3.5**]. Para a recriação da ilustração no estilo de Tosel, procedeu-se ao estudo repetido da trama a ser usada no fundo da imagem. Sendo esta uma técnica com a qual a autora não tinha prática, após o estudo feito, optou-se pela procura de um estilo que estivesse dentro das capacidades e conhecimentos da autora, até ao momento.

Numa nova experiência, recorreu-se à técnica de monotipia na qual, fazendo uso de um cotonete, se desenhou sobre uma prancha de vidro coberta com tinta Aqua Wash, preta. Com o objetivo de se alcançar uma aparência fotográfica, criaram-se duas imagens de detalhes abstratos, que pretendiam evocar a ideia de "preso" e "medo" para o livro do filho [**FIG#38 #39 #40** e **#41**]. Dada a conclusão dos desenhos com o cotonete sobre a prancha com tinta, adicionou-se, em seguida, uma folha de papel branca sobre a prancha e esta foi prensada com um rolo. Após a tinta secar, um dos resultados foi digitalizado e editado no Photoshop para ser convertido em negativo (invertendo as cores), criando um especto mais fotográfico [**FIG#40**]. O resultado estético pareceu revelar-se positivo, tendo sido obtidas imagens fortes, embora demasiado abstratas para representar o tema (tendo em conta o objetivo referido anteriormente para com a ilustração). Ainda que não tivesse sido planeado trabalhar tintas com uso do pincel, foram feitas, a título de curiosidade, pequenas experiências com tinta guache, para se perceber a facilidade ou dificuldade em manusear a técnica [**FIG#42 #43** e **#44**]. Embora o estudo tenha revelado resultados que poderiam funcionar caso se investisse na técnica, manteve-se a decisão de não se trabalhar a partir de pincéis.

FIG#32
Ilustração a retratar o estar preso ao cordão (umbilica) que liga o filho à mãe

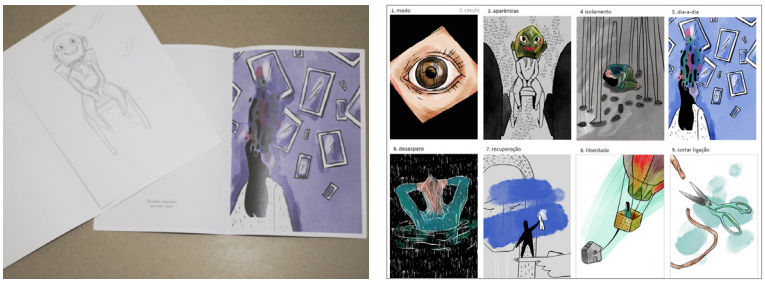
Relativamente às ilustrações para o livro do filho, desenhou-se de forma rápida uma representação para cada uma das dez ilustrações (indicadas no *storyboard*), fazendo-se uso de uma mesa de desenho digital. Com este resultado, imprimiu-se o primeiro protótipo caseiro, em *booklet* [**FIG#45** e **#46**]. Mais tarde, tentando-se uma diferente abordagem na técnica, foram feitos novamente os desenhos anteriores, desta vez recorrendo a fotografias tiradas à autora, com o propósito de serem usadas na ilustração. Após as fotografias serem editadas para tons preto e branco, foram impressas e recortadas. Como forma de se experimentar outros materiais, usou-se a colagem, fios e desenho feitos a lápis de cera [**FIG#47**]. O resultado revelou-se mais próximo de uma linguagem artística.

FIG#33 #34 #35 FIG#36 #37
Resultados do exericio de se experimentar trabalhar no estilo de outros ilustradores: Josan Gonzalez, Gemeo Luís, Marriette Tosel



FIG#38 #39 #40 #41
Esperiência monotipia, tinta Aqua Wash

FIG#42 #43 #44
Esperiência a tinta guache (estudo personagem mãe)



FIG#45 #46
Primeiro prototipo impresso, com os esutodos das ilustrações para o Livro Filho

Embora tenha sido um estudo interessante a nível pessoal, segundo indicação do orientador, esta linguagem não pareceu funcional para o objetivo pretendido.

A realização destas experiências com técnicas analógicas encontra-se relacionada com a intenção de que as ilustrações para o livro do filho representassem o seu sofrimento de uma forma mais emotiva e sofrida, sendo que são técnicas que tendem a transmitir mais sensibilidade. Já as ilustrações do livro da mãe representariam as suas características de forma mais fria e perfeccionista, o que talvez fosse alcançável recorrendo ao desenho digital. Esta solução de se desenvolver os dois livros com linguagens diferentes, parecia ser um bom caminho para evocar de imediato uma discrepante diferença entre as duas figuras (mãe e filho). No entanto, o orientador indicou que esta poderia não ser uma boa solução, pois poderia confundir o leitor durante a visualização de dois objetos unidos, com linguagem completamente diferentes. Esta opção foi então colocada de lado.

Deste modo, continuou-se a procura pela abordagem que fosse mais ao encontro do objetivo do projeto, mantendo-se a investigação ao trabalho de diferentes ilustradores. Contudo, toda a informação visual acabou por interferir com o processo criativo, pois a procura por se alcançar algo com que a autora não se revia como sendo seu, foi começando a criar um distanciamento para com o objeto.

FIG#47
Serie de resultados feitos a partir de diferentes tecnicas (Livro Filho)

4.3 Fase 2: Uma abordagem editorial

Numa segunda fase do desenvolvimento, fez-se novamente um protótipo de novas dimensões para os livros da mãe e do filho. A intenção seria exagerar nas dimensões de cada livro, sendo que o livro da mãe passaria a ter 148mm de largura e 420mm de altura, evocando a sua posição superior em relação ao filho [**FIG#48**]. Para o livro do filho foram feitas várias versões, todas de dimensões reduzidas (igual ou inferior a 60mm de largura e 80mm de altura), para evocar a sua inferioridade e fragilidade em relação à mãe. Ainda neste protótipo, persistia o objetivo de manter os fios emaranhados a unir os dois livros. A concretização deste segundo protótipo serviu também para se perceber com que dimensões trabalhar as ilustrações.

FIG#48
Segundo estudo do objeto (para o Livro Mãe e Livro Filho), e experiência com cartão reflector (espelho)

Após feita uma pausa no desenvolvimento das ilustrações para o livro do filho, decidiu-se então seguir para as ilustrações do livro da mãe. Inicialmente foram usadas como referência as publicidades dos anos 40 a 60, onde se vê representada a figura feminina com um olhar direcionado para o observador, e quase sempre de sorriso no rosto, de expressão e pose forçada, que pode passar ao leitor uma sensação de falsidade. As representações da mulher nas publicidades dessas épocas apresentavam ter um estilo adequado para a representação das ilustrações da mãe narcisista, por esta "vender" aos outros uma imagem de mãe perfeita. Assim, desenvolveu-se um *storyboard* a partir do conceito dessas antigas imagens publicitárias [**ANEXO C**]. No entanto, no seguimento de estudos dentro deste estilo, concluiu-se que os resultados não estavam a ser satisfatórios. Com isto, a autora de imediato procurou uma solução que permitisse continuar a trabalhar a partir de um estilo característicos dos anos 50-60.

Nessa altura, e ao pesquisar o ilustrador John Holcroft, percebeu-se que a ilustração editorial poderia ser uma boa alternativa ao estilo da publicidade dos anos 50. Foi através do trabalho de Holcroft que surgiu a base de inspiração para o trabalho desenvolvido nesta segunda fase. A partir dos storyboards desenvolvidos para o livro da mãe, fez-se novos estudos no desenho, com o objetivo de representar as características da mãe narcisista [**FIG#49**]. Tentou-se representar estas características através de um estilo de ilustração que pudesse funcionar em publicações de revistas da área da psicologia, mantendo-se a intenção de criar uma representação clara da situação ilustrada. Para a criação das imagens, através da fotografia, a autora usou-se novamente como modelo para as poses a serem ilustradas. Os rascunhos foram desenhados, no Photoshop, sobre as silhuetas das fotografias tiradas e mais tarde fez-se a versão final de alguns desses estudos [**FIG#50**]. Como peculiaridade no objeto, estudou-se uma página em fole para representar a forma

como a mãe vê o seu filho, como "extensão" dela própria. A paleta de cores utilizada foi inspirada no conceito de "fantasia", que se pode associar às mães narcisistas por viverem numa realidade própria e deturpada, onde tudo é perfeito enquanto as coisas funcionarem como pretendem. Para a autora, os resultados obtidos pareciam finalmente ir ao encontro da representação da mãe narcisista e o ambiente que estas podem transmitir ao filho.

FIG#49
Estudos da segunda fase do projeto

Após uma primeira versão dos estudos das ilustrações para esta abordagem, o orientador indicou que esta poderia não ser a mais indicada para o tipo de projeto. O orientador sugeriu então uma nova abordagem: ilustrar as características da mãe narcisista através de personagens que estivessem de alguma forma relacionadas com determinada característica da mesma (como por exemplo, ilustrar a característica de "controladora", representar-se a mãe narcisista como uma domadora de leões). Sugeriu-se então a hipótese de se desenvolver um livro de páginas divididas em tiras, onde se poderia combinar diferentes partes das personagens da mãe, criando uma nova (como exemplo do livro "The Perfect Match", mencionado na **SECÇÃO 3.4**). Tentou-se assim criar um estilo mais fluido, fazendo-se novos estudos inspirados noutros ilustradores que serviriam de referência neste novo tipo de livro. No entanto, a criação de um objeto mais lúdico, parecia distanciar-se do objetivo inicial proposto. Por não conseguir identificar a sua experiência com esta nova abordagem, a autora descartou o trabalho desenvolvido até ao momento, recomeçando o trabalho numa tentativa de conseguir desenvolver algo mais pessoal. Este novo objetivo surgiu após a leitura da dissertação mencionada na **SECÇÃO 3.1**.

FIG#50
Série de ilustrações da segunda fase (Livro Mãe)

4.3.1 Questionário: "Descrevendo um progenitor narcisista"

Para além da investigação necessária para se perceber como retratar a mãe narcisista e o sofrimento do filho nas ilustrações, realizou-se um questionário como forma de se perceber como outras pessoas com progenitores tóxicos e/ou narcisistas os descreviam a partir de palavras, objetos e cores. Os resultados, em anonimato, vieram a servir de apoio para o estudo das ilustrações a serem feitas, pois os filhos deste género de progenitores são parte do público-alvo do projeto.

Fizeram-se ao todo 13 questões, sendo metade delas de escolha múltipla, e as restantes de resposta por extenso. Das 60 participações submetidas até dia 14 de maio, de 2020, resultaram numa amostra de respostas curiosas e significativas. Dá-se aqui destaque às respostas da questão 5, onde foi pedido para descrever pelo menos três sentimentos vivenciados com o progenitor tóxico/narcisista [**FIG#51**]:

[7x] medo ("de mostraras minhas emoções", "medo de desapontar");
[6x] desespero ("desespero de querer obter independência e sair desta casa");
[6x] raiva; [5x] sufoco ("absoluto sufoco", "sinto que sou asfixiada");
[4x] tristeza; [4x] sentimento de culpa ("(...) por coisas que não podia controlar"); [3x] controlo ("controlo abusivo", "controlador"); [3x] desrespeito ("falta de respeito"); [3x] desvalorização ("menosprezada e que não tenho valor", "nunca ser suficiente"); [3x] dor ("sofrimento"); [3x] pressão ("pressão idealista", "pressão psicológica"); [3x] solidão; [2x] angústia; [2x] apatia ("apático"); [2x] confusão; [2x] desprezo; [2x] estorvo ("burden");
[2x] impotência; [2x] insegurança; [2x] julgamento ("julgamento excessivo");
[2x] opressão; [2x] revolta; abuso; agressões verbais; ansiedade; assedio moral; cobrança; desamparo; desconfiança; desconforto; desgaste; desorientação; distanciamento; excesso de crítica; falta de amor; falta de confiança; falta de empatia; falta de humildade; falta de liberdade; frustração; incompreensão; incerteza; injustiça; instabilidade; invisibilidade; loucura; mágoa; nojo; obrigação; perseguição; prisão; projeção; sentir-se miserável; silêncio ("calado"); stress; super proteção; vontade de sumir

FIG#51
Sentimentos do filho em relação à mãe narcisista (resumo dos resultados - ordenados - da questão 5)

O resumo dos resultados pode ser encontrado a partir do seguinte link:
https://drive.google.com/file/d/1uGiF7a_RlYk4Zo6hEplyC1Xn-c_yjmWA/view?usp=sharing

4.4 Fase 3: Uma abordagem pessoal

Ao dar-se inicio a um novo rumo no projeto, fez-se uma retrospetiva dos objetivos da autora para com o objeto e que técnicas poderiam vir a ser uma mais valia. Como forma de impulsionar este novo rumo, definiu-se trabalhar o objeto de forma a que este fosse impresso posteriormente em risografia – técnica que a autora tinha curiosidade em experimentar, tal como mencionado na **SECÇÃO 3.6** deste relatório. Foi através dos trabalhos da ilustradora Joohee Yoon que esta vontade emergiu, podendo vir a ser uma mais valia no resultado final. Também se definiu que o objeto se trataria de um fanzine, como forma de a autora ter maior liberdade na representação de um tema pessoal e social e na forma como o ilustrava, sem se preocupar em ir ao encontro de certos padrões mais comerciais. Esta nova abordagem acabou por fazer mais sentido à autora, pois mesmo tendo evitado não fazer uma autorrepresentação, foi quase impossível não o fazer nas situações ilustradas.

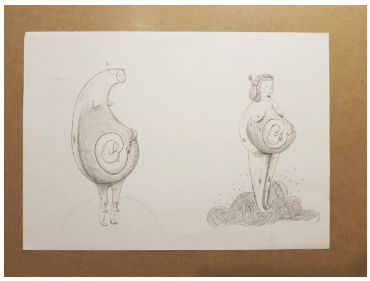
Ao visualizar a animação "The Cord" (mencionado na **SECÇÃO 2.3.3**), houve indicação do orientador de que este seria um bom caso de análise de enredo para transportar para o *storyboard* do fanzine. Tratava-se de uma história com início, meio e fim, em que as personagens envelhecem juntamente, em oposição ao *storyboard* de imagens que separavam a mãe e o filho em dois livros. Após a análise feita aos momentos-chave da animação, para se perceber como é representada a relação (entre mãe e filho), fundiu-se o Livro Mãe com o Livro Filho, criando um único objeto, cuja narrativa ia desde a gestação da criança até à liberdade da mesma (momento este em que corta a ligação com a progenitora). Definido o novo *storyboard*, inspirado a partir de cada característica da mãe narcisista, deu-se início aos primeiros estudos para as ilustrações.

Inicialmente, como forma de estudo para a composição da ilustração, trabalhou-se diretamente no digital ao mesmo tempo que se fazia o estudo dos tons da paleta escolhida (vermelho e preto) [**FIG#52**]. Durante esse processo, logo após uma primeira versão, a autora sentiu a necessidade de refazer os estudos [**FIG#53**], distanciando-se do estilo desenhado no *storyboard*. Manteve-se os cenários e mudou-se o desenho das personagens, continuando a trabalhar com padrões como conceito. Neste caso, desenhado a mãe com uma camisola às riscas, fazendo alusão a grades (de prisão), enquanto a filha tinha um padrão de círculos, referência a bolhas de sabão, para um conceito de liberdade.

FIG#52
Primeiros estudos no digital (série)

FIG#53
Segunda versão dos estudos no digital (série)

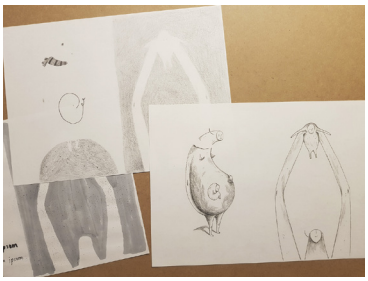
Ao refazer-se os estudos, percebeu-se que este processo de trabalhar a imagem diretamente no digital era, na verdade, um entrave no tempo disponível, não dando origem a resultados satisfatórios. Pegou-se então na primeira ilustração do *storyboard*, da mãe em gestação, e refez-se o desenho a lápis [**FIG#54**, lado direito]. O resultado mostrou-se mais apelativo, no entanto, o desenho da personagem parecia algo limitado (ainda muito próxima da anatomia humana). Então, com inspiração numa sanguessuga (animal que pode remeter à mãe narcisista) resultou um desenho da personagem que levou à solução final: algo mais alienígena, desproporcional e elástico, que permitiria a possibilidades de expressar com mais emoção as diferentes situações entre a mãe e o filho [**FIG#54**, lado esquerdo]. Nesta fase, limitou-se o foco de inspiração aos três casos de estudo mencionados ao longo da **SECÇÃO 3.5**: Moonassi, Malva e Tina Siuda. Com isto, desenvolveram-se os restantes estudos para cada uma das ilustrações do *storyboard* [**FIG#56**], que foram sendo desenhados repetidamente até se encontrar o resultado mais adequado ao que se pretendia retratar. Esta tratou-se da segunda vez em que a autora se identificou com o resultado, representando a sua experiência pessoal e, ao mesmo tempo, a de outras pessoas.



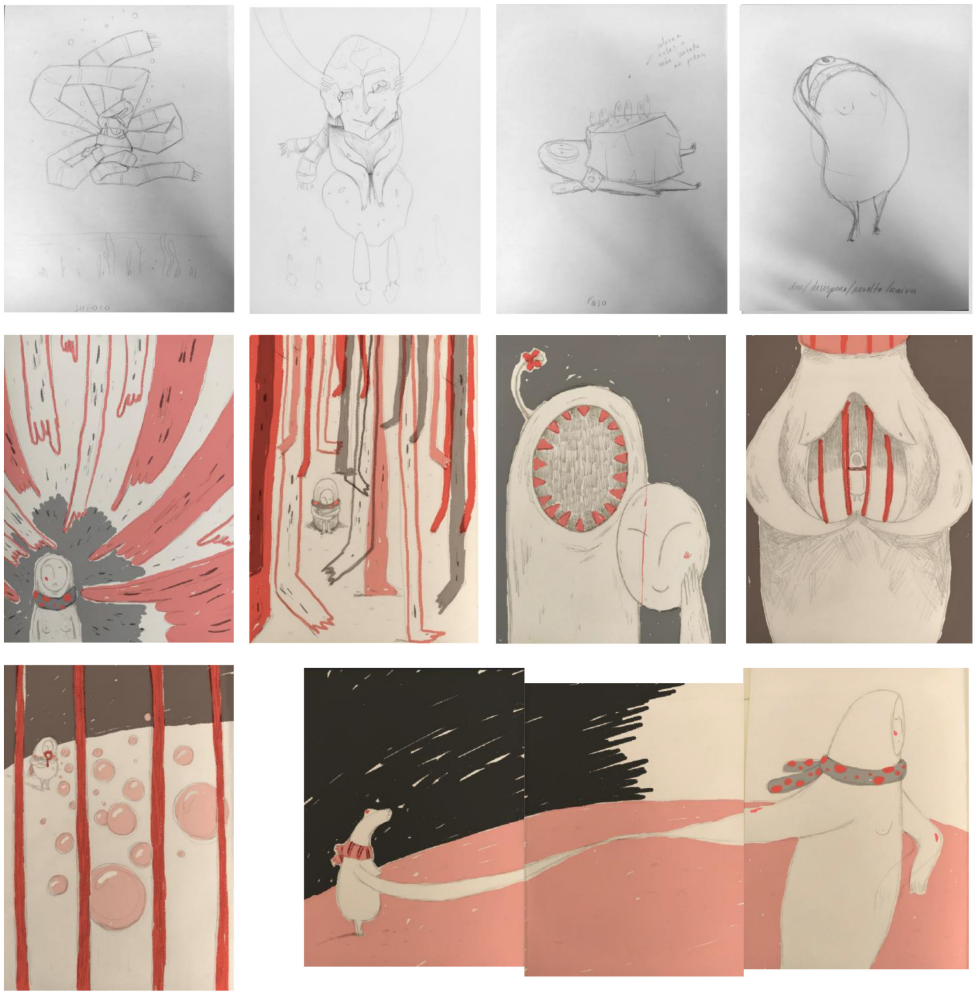
FIG#54 Estudos persoangem da mãe

Durante o desenvolvimento desta fase, foram sendo feitas algumas alterações no *storyboard*, excluindo e adicionando características ou alterando a ordem das mesmas. O objetivo inicial para o *storyboard* desta fase, seria que o foco na primeira metade do livro se desse nas características da mãe e, na segunda metade, que o foco incidisse no sofrimento do filho - onde haveria uma representação inicial aparentemente mais leve e alegre, até se entrar progressivamente num ambiente mais obscuro, remetendo para o evoluir do abuso da mãe e o sufoco do filho. Numa primeira alteração a este *stoyboard*, o foco incidiu na representação das características da mãe enquanto se observava o estado do filho perante a ação da mesma. E finalmente, a última versão, onde a narrativa se transformou na jornada do filho, desde que se encontra na barriga da mãe até à saturação e procura pela sua liberdade, ao mesmo tempo que se representa o comportamento da mãe para com ele. Ao trabalhar todas estas versões, teve-se em conta determinados elementos ilustrados. Um desses elementos, relevante durante a narrativa, foram os cachecóis das personagens da mãe e do filho, que mantinham o objetivo dos padrões das camisolas dos primeiros estudos de personagens. Outros elementos que caracterizam estas últimas personagens são as máscaras e a representação de um narciso (flor) na cabeça da mãe. De modo a auxiliar o estudo das representações para cada personagem e elementos de referência, desenvolveram-se várias tabelas que organizam esta informação (exemplo da informação nas colunas **b.** e **c.** do **ANEXO D**).

Foram vários os estudos feitos para cada ilustração, que foram sendo moldados a partir das sugestões do orientador e do que parecia ser correto para transmitir o que a autora pretendia. O que se procurou no desenvolvimento dos estudos e ilustrações foi uma linguagem simples, criada a partir de um determinado material (neste caso, lápis grafite) como forma de se encontrar um foco no processo. A certa altura foi sugerido pelo orientador o uso de mais referências a personagens e elementos de cultura geral. Dando resposta a esta sugestão, as referências foram sendo baseadas em personagens e elementos da ficção (mencionadas na coluna **c.** do **ANEXO D**). Houve ainda a indicação para se tentar mostrar mais expressão e dinâmica nas personagens e situações representadas, para que



FIG#55 Estudos



FIG#56
Alguns dos estudos realizados duranto o desenvolvimento das ilustrações da versão final

o público pudesse sentir mais as emoções, o que levou a que se refizessem algumas das ilustrações já concluídas. Porém, por não representar o sentimento pessoal da autora, manteve-se a apatia das expressões e das poses, pois uma representação mais animada e dinâmica não ia ao encontro da sua relação pessoal com o tema. A certo ponto, fizeram-se ainda estudos de fundos para a ilustração, trabalhados com caneta de álcool e salpicos de tinta ou através de lápis grafite [**FIG#55** e **#57**]. Como forma de manter uma linguagem consistente, o estudo desse elemento foi excluído. Foi também recomendado pelo orientador para que não houvesse ilustrações onde o desenho fosse limitado pela folha, mantendo a consistência de todo o foco da ilustração ao centro, sem cortes. Os estudos desta fase fizeram-se repetidamente até o resultado se tornar pessoalmente satisfatório.

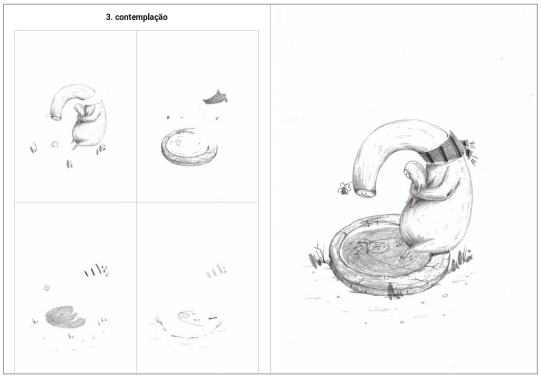
FIG#57 Primeiros estudos de cor

4.5 Fase final: Conclusão da Fase 3

Todos os estudos foram trabalhados a lapiseira 0.5mm sobre folha branca A4, dividida em dois A5 para poupar papel. Ao longo do processo os rascunhos foram fotografados com o objetivo de criar simples protótipos do *booklet* em estudo, de modo a facilitar a avaliação e análise do resultado. Após selecionados os estudos finais a serem trabalhados, passou-se para o desenho da versão final de cada ilustração. Para este processo usou-se uma mesa de luz, que permitiu redesenhar os rascunhos na sua versão final. Tendo em conta que o trabalho seria impresso em risografia, onde seria necessário a separação das cores em diferentes elementos, separou-se esses elementos recorrendo a diferentes folhas como se representassem as diferentes camadas do Photoshop. Cada ilustração foi assim dividida entre 5 a 7 folhas, incluindo alguns elementos extra, desenhados para adicionar posteriormente nas ilustrações [**FIG#58**]. Como materiais para o resultado final, usou-se principalmente lápis grafite 4B, e por vezes 2B ou 8B, esfuminho

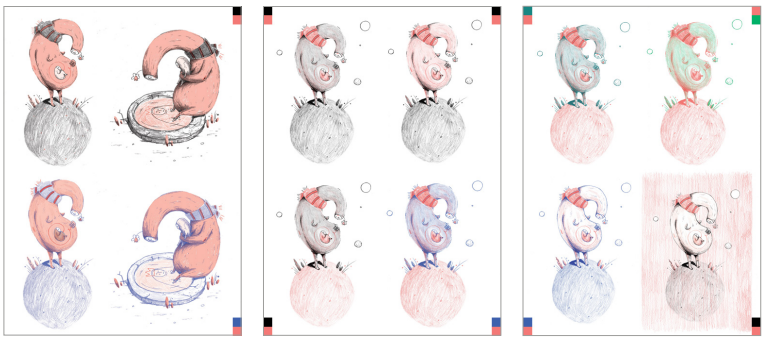
para criar a mancha que preenche os corpos dos personagens (elemento que não chegou a ser utilizado no corpo da mãe) e papel branco comum, 80g, para se evitar obter ruido da textura do papel ao digitalizar a imagem. Como através da digitalização automática, os traços a lápis dos desenhos saíam esbatidos após passar pela máquina, foram digitalizadas de forma individual as 108 folhas dos diferentes elementos de cada ilustração.

Após a digitalização, passou-se ao tratamento de imagem em Photoshop. Devido à boa qualidade da digitalização (feitas a 600dpi, em TIFF), só foi necessário limpar alguns grãos à volta dos elementos do desenho. Fez-se então o tratamento de imagem e a montagem dos elementos, construindo devidamente a ilustração. Posteriormente adicionou-se a cor de cada elemento e as devidas correções até se concluir as dezasseis ilustrações finais [**FIG#60**].



FIG#58
Elementos da ilustarção desenhados em diferentes folhas e reultado final a pós trataemnto da digitalizações

Sobre a paleta de cores, inicialmente usou-se o vermelho e preto (correspondentes às cores disponíveis em risografia). Contudo, na versão final a ser impressa em risografia, substituiu-se o preto por azul, pois a sobreposição das cores criaria tons mais enriquecedores e inesperados, podendo evocar novamente o conceito de "fantasia" da mãe narcisista (mencionado na **SECÇÃO 4.3**). No estudo dos elementos a colorir a vermelho, pretendia-se que esta cor colorisse determinados elementos de foco na ilustração, que neste caso incidiu principalmente nos cachecóis das personagens (sendo que são parte significativa da narrativa da história). Fizeram-se vários estudos de cor (usando-se apenas duas cores), para se perceber quais resultariam melhor [**FIG#59**].

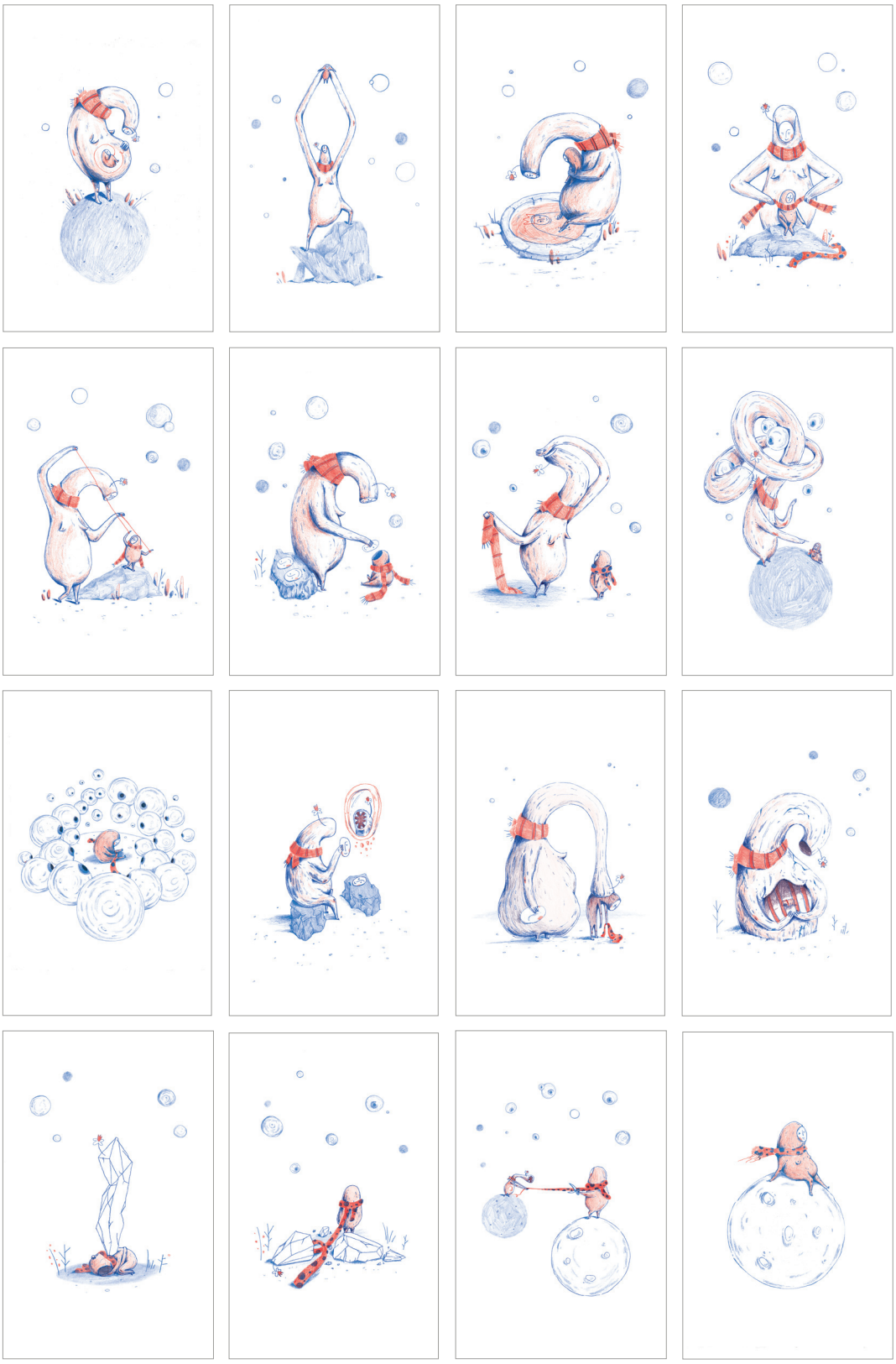


FIG#59
Alguns dos estudos de cor para a impressão em risografia

4.5.1 Risografia: Workshop na Mago Studio

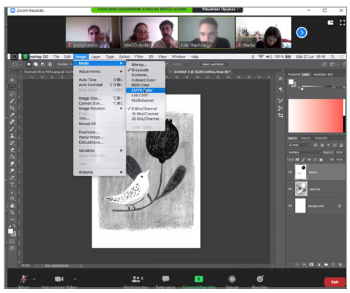
Visto que a autora se propôs a fazer impressão em risografia sem qualquer contacto prévio com a técnica, o workshop online "Aprender a criar e exportar ficheiros a duas cores para impressão em riso", da Mago Studio, em Lisboa, revelou-se uma mais valia.

Numa primeira fase, os ilustradores Bina Tangerina e Marcos Martos, mentores deste workshop, fizeram uma breve introdução à técnica de impressão, ao equipamento usado, o tipo de grão criado no resultado da impressão (graintouch e halftone), as percentagens usadas para criar os diferentes tons da mesma cor e o esquema da paginação para impressão (conhecimentos adquiridos referidos na **SECÇÃO 3.6**).



FIG#60
Ilustrações finais

Numa segunda fase, foram apresentados vários resultados de trabalhos impressos em risografia, de vários ilustradores, onde foi possível ver ampliações do efeito do grão impresso em risografia, dando para perceber pela distância dos pontos a percentagem dada na cor impressa. Observou-se também, em detalhe, o resultado da sobreposição de diferentes cores e o uso de diferentes materiais para a criação da ilustração a ser impressa.



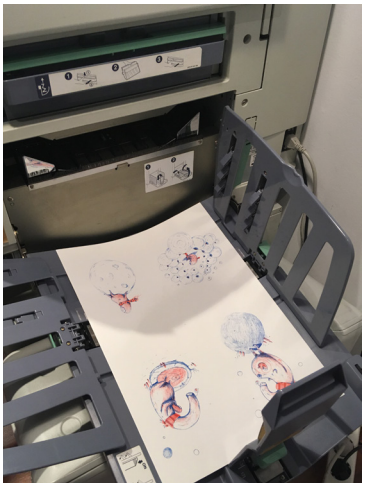
FIG#61
Workskshop online, sobre como preparar um ficheiro para impressão em risografia, Mago Estudio

Na terceira e ultima fase do workshop, decorreu uma demonstração de duas breves simulações da sobreposição de elementos e cores, abordando o efeito "Multiply" nos layers do Photoshop e uso das percentagens nos diferentes elementos da imagem, resultando numa simulação digital do resultado final a ser impresso em risografia. Ao mesmo tempo, foi ensinada a forma correta de preparar e guardar o ficheiro para impressão final. Nesta etapa foi explicado que, após cada elemento ter a sua percentagem definida, fundem-se então num só ficheiro os elementos que irão ser impressos na *master* com a mesma cor. Cada ficheiro equivalente a uma cor, terá que ser salvo num ficheiro em escala de cinzento e em formato PDF (Portable Document Format). Na conclusão da terceira fase, passou-se para as demonstrações da criação do ficheiro a ser impresso em risografia. Na primeira demonstração foi criado, por Marcos, um desenho digital com o intuito de apresentar as diferentes opções que existem para se criar uma ilustração em Photoshop, tendo já em conta a separação das cores e sobreposição das mesmas. Na segunda demonstração, foi usado uma ilustração de Bina, criada a tinta, lápis e recortes e posteriormente digitalizada, para ser trabalhada em Photoshop [**FIG#61**]. Os diferentes elementos foram criados de forma separada (exemplo, o elemento a recorte estava numa folha, enquanto o elemento do fundo estava feito numa outra folha) e após as digitalizações serem abertas em um ficheiro de Photoshop, foram trabalhadas para que os elementos encaixassem corretamente uns nos outros. Após concluída a montagem, também foi feita uma simulação de cor para se poder perceber como ficaria o resultado após a sua impressão. Como exercício após a aula, o aluno poderia fazer a sua própria ilustração para ser impressa em risografia, folha A3, a duas cores.

4.5.2 Pondo em prática o processo de impressão

Fez-se um pedido de orçamento a diferentes locais que trabalhassem em risografia - Duodsgn, ESAP e Mago Studio - também como forma de se compreender os custos associados. Após a resposta ao orçamento, devido ao total do custo de impressão do *booklet* em risografia não estar acessível ao orçamento disponível no momento, optou-se por se imprimir uma simulação do *booklet* para a entrega final deste projeto. Por esse motivo, fez-se em Photoshop a simulação do resultado das ilustrações com o efeito de sobreposição das cores (efeito Multiply).

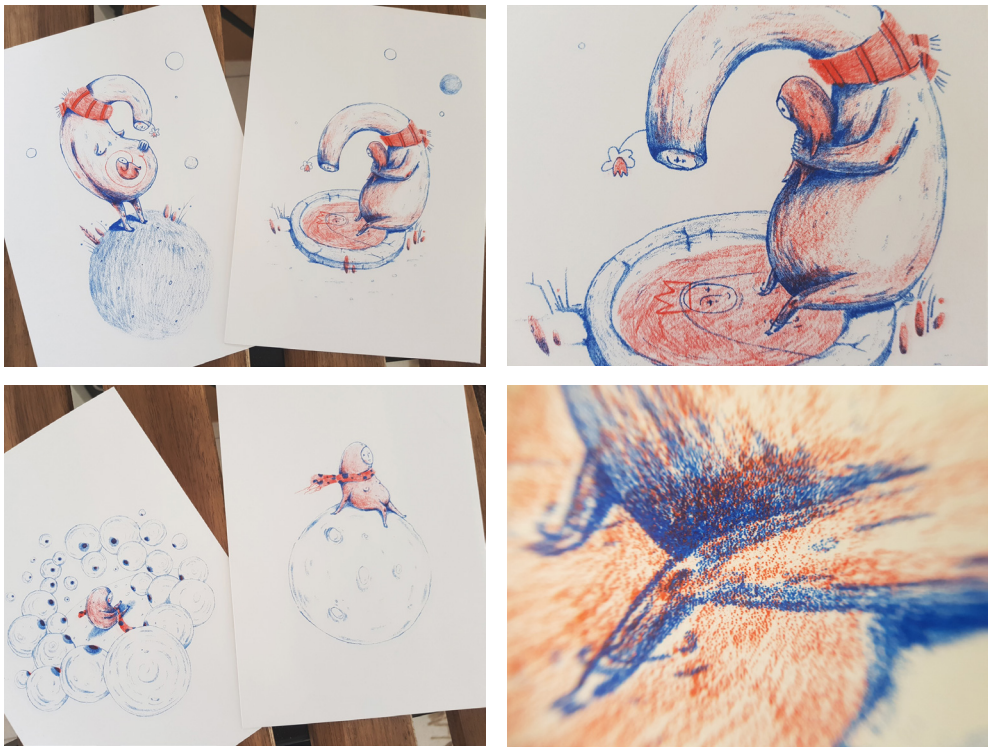
Entretanto, em resposta ao exercício proposto pela Mago Studio, trabalhou-se quatro das ilustrações desenvolvidas na ultima fase deste projeto, para serem impressas em risografia, como meio de se poder analisar o resultado final. Usando-se o processo aprendido no workshop, foram preparados devidamente os ficheiros com os elementos separados, um para cada cor a ser impressa (vermelho e azul). Para um melhor aproveitamento do tamanho do papel A3, dimensionaram-se as quatro ilustrações feitas, para postais de



FIG#62
Impressão das ilustrações em risografia

tamanho A5 (dimensão máxima do fanzine). O papel utilizado para impressão foi ARENA Natural, de 170g, cujo o tom amarelado suaviza e se funde com o desenho impresso.

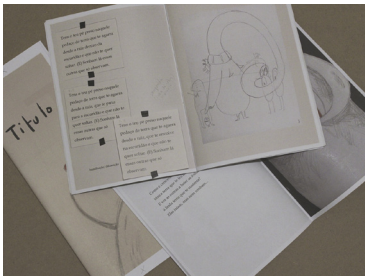
Tendo em conta que o estúdio está localizado em Lisboa, os ilustradores Bina e Marcos disponibilizaram-se a fotografar e a filmar parte do processo de impressão [**FIG#62**]. O resultado final das ilustrações impressas pareceu ser satisfatório [**FIG#63**]. No que diz respeito às cores, o azul e vermelho pareceram ser uma combinação relativamente vibrante para o ambiente que se pretendia alcançar inicialmente (mais obscuro, através do uso do preto e vermelho). No entanto, o resultado também funcionou no tema, sugerindo um ambiente não tão obvio e mais misterioso, o que de certo modo remete à mãe narcisista.



FIG#63
Resultado final da ilustração impressa em risografia

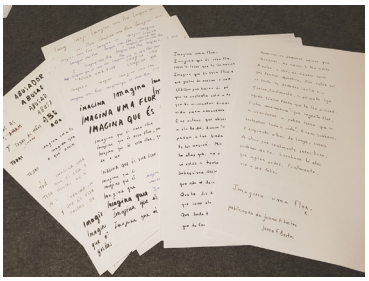
4.6 Título e texto utilizado

Desejava-se desde início, que a imagem tivesse capacidade de passar a mensagem sem o auxílio de texto. Porém, na terceira fase do projeto [**SECÇÃO 4.4**] adicionou-se, em cada ilustração, uma palavra referente a uma caraterística da mãe narcisista. Mais tarde, numa procura para que o tema ilustrado fosse devidamente entendido - objetivo do projeto -, sentiu-se a necessidade de adicionar texto narrativo que acompanhasse a ilustração. Para isso, durante o estudo das ilustrações, usou-se um texto escrito pela autora do presente projeto, em 2015, dedicado a este género de relação com a mãe narcisista. Como a autora não tem prática no género de escrita do texto, tentou-se melhora-lo procurando a ajuda de uma pessoa relacionada com a área. O texto foi sendo ligeiramente corrigido e posteriormente enviado a um professor da área da escrita, para se obter sugestões de como o melhorar. Como após o envio não foi recebida resposta, manteve-se o texto sem muitas mais alterações, tendo permanecido as frases que surgiram naturalmente quando foi escrito pela primeira vez (coluna **e.** do **ANEXO D**). Com isto, ocorreu um género de processo incomum, onde primeiramente se criou o *storyboard* e os desenhos, e posteriormente se adicionou o texto de forma a que encaixasse em cada uma das ilustrações finais [**FIG#64**].



FIG#64
Estudo do texto

Para o texto, não só se fez um estudo de possíveis fontes tipográficas como também um estudo da caligrafia a partir de canetas e lápis 2B e 4B [**FIG#65**]. Com o uso de caligrafia pretendia-se aproximar o trabalho à identidade da autora, ao mesmo tempo que se transformava visualmente o elemento de texto para algo mais próximo da estética da ilustração, ao se utilizar o mesmo material para a escrita (lápis 4B). A acompanhar o texto e a ilustração, mantiveram-se as palavras soltas referentes às características da mãe narcisista. No entanto, foi sugerido pelo orientador que se mantivesse a versão do objeto sem texto, para que este não influenciasse a interpretação das ilustrações e lhes tirasse a devida importância. Voltou-se ao desenvolvimento de uma versão sem texto, mantendo unicamente a palavra solta sobre a característica da mãe a acompanhar a ilustração no spread (sendo que a palavra estaria na página esquerda, enquanto a ilustração estaria na página direita). A intenção era a de se criar uma separação entre a representação do filho (lado direito) com a característica da mãe (lado esquerdo). Nesta versão, as palavras soltas eram acompanhadas por um "#" antes da palavra, como referência às *hashtag* utilizadas nas redes sociais. O uso deste símbolo tem como objetivo evocar o conceito de "pesquisa" (dos tempos atuais), sendo o símbolo usado para se procurar determinadas categorias nas redes sociais, como no caso do Instagram. A intenção era de levar o leitor a pesquisar sobre as características e o tema em concreto. Como forma de manter o objetivo de garantir que o tema seja realmente entendido pelo leitor, mais tarde, para esta versão só com a palavra solta a acompanhar as ilustrações, acrescentou-se um breve texto no final do fanzine (escrito pela autora do projeto), que explica, resumidamente, do que se trata uma "mãe narcisista" e o os danos que o filho pode sofrer na relação. Por sugestão do orientador, a fonte tipográfica usada no texto foi a Courrier New, com o intuito de se representar a ideia de texto de diário redigido à máquina de escrever. A fonte foi igualmente usada no título e ficha técnica da versão final.



FIG#65
Estudos caligrafia

Relativamente ao título escolhido para o fanzine, apontaram-se possíveis hipóteses,

como por exemplo o título "Amparo" - por, ironicamente, ser uma referência ao nome da progenitora da autora. No entanto, deixou-se essa escolha para quando o conteúdo do objeto tivesse concluído. Com o uso das palavras soltas referentes às características da mãe narcisista e do símbolo "#", no final optou-se pelo título "#DESAMPARO". Com isto, manteve-se de certa forma uma das hipóteses que ligava a autora ao objeto, convertendo para uma palavra que remete à possível situação em que o filho (desamparado) é submetido na relação com uma mãe.

4.7 Design do objeto

Sobre o design do objeto, no formato livro, optou-se por a dimensão máxima de um A5. Tendo em conta que seria impresso em risografia, seria a dimensão mais rentável para a produção do *booklet* (sendo impressas quatro spreads numa folha A3, frente e verso). Durante o estudo do objeto final, existiram dois formatos desenvolvidos: o clássico *booklet* em A5 (ou de menor largura), com agrafos; e uma versão encadernada com argolas [**FIG#66**], em que o texto seria impresso na mesma página da ilustração, e posteriormente cortado para criar uma separação entre os dois elementos (ilustração e texto, remetendo ao género de livro de páginas divididas anteriormente mencionado). Nesta versão o leitor poderia optar por visualizar apenas as imagens ou o texto, ou tentar desfolhar ambos ao mesmo tempo, fazendo assim com que os dois elementos não fossem dependentes um do outro. A capa para esta versão teria uma dimensão ao comprido, furada só de um lado, para que desse a volta ao miolo do fanzine, tapando assim as argolas.

FIG#66
Estudo versão argolas

Para a capa da versão do *booklet*, foram estudadas algumas hipóteses que evocassem o conceito de máscara - conceito que se pretendia obter já na primeira fase do processo [**SECÇÃO 4.2**], através do uso do papel celofane. Para isso, criou-se duas capas para se sobrepor uma na outra. A partir do processo utilizado na criação das ilustrações finais (mencionada na **SECÇÃO 4.5**), ilustrou-se para a capa o rosto da personagem mãe, de expressão delicada, como que adormecida com um ligeiro sorriso. Da mesma forma, desenhou-se uma segunda capa com a boca da personagem, com versões de diferentes elementos: com e sem os dentes da personagem, com e sem o elemento da flor narciso, criando-se uma capa mais agressiva, oposta à primeira capa do rosto com um sorriso.

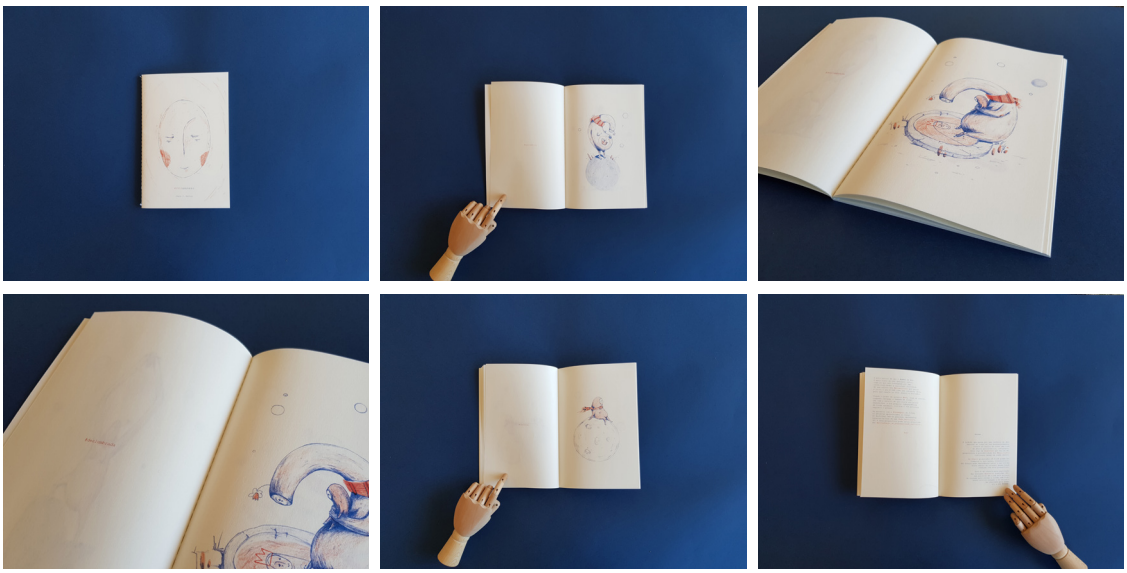
FIG#67
Estudos para a capa do fanzine

Após a conclusão das imagens [**FIG#60**], imprimiu-se o resultado respondendo a duas versões diferentes: a primeira, onde a capa unida ao objeto, fanzine, teria a ilustração da boca da personagem e seria coberta por uma proteção em volta da capa, onde estaria a imagem do rosto (com a mesma dimensão). A intenção seria a capa protetora representar a máscara da verdadeira capa do fanzine, ocultando uma realidade mais agressiva - remetendo a uma das características da mãe narcisista. Na segunda versão, a capa com o rosto estaria colada sobre a imagem da boca, ambas desenhadas com a mesma dimensão, para que quando se pusesse a capa sobre a

luz, revelasse uma boca de dentes espetados por detrás da delicada máscara, obtendo a mesma intenção explicada anteriormente. Embora se tenha feito este estudo, no final decidiu-se manter a simplicidade, onde se usou unicamente a capa do rosto delicado, sem a aplicação da segunda capa. Todas estes diferentes estudos mencionados na fase final do processo foram sendo impressos [**FIG#67**], geralmente na versão *booklet*, com o intuito de se poder observar o resultado dos estudos para as ilustrações, do texto, da dimensão, formato e capa.

Para a encadernação final do *booklet* foi pensado o acabamento singer (acabamento costurado à máquina) [**FIG#68**], por ser não só uma forma de manter a representação dos fios pensados inicialmente para a encadernação do objeto [**SECÇÃO 4.2**], como também por ser um acabamento simples, de baixo custo e que permite as páginas se abrirem na sua totalidade. A dimensão do objeto final, fechado, é de 135mm de largura por 210mm de altura. Imprimiu-se uma simulação do fanzine a ser impresso em risografia, em papel Munken Pure no miolo e na capa, ambos de diferentes gramagens, pelo seu tom e textura [**FIG#69**].

FIG#68
Acabamento singer. Fio idealmente em vermelho



FIG#69
Objeto final. Simulação de impressão em risografia

FIG#70
Vário do material realizado durante o desenvolvimento do projeto

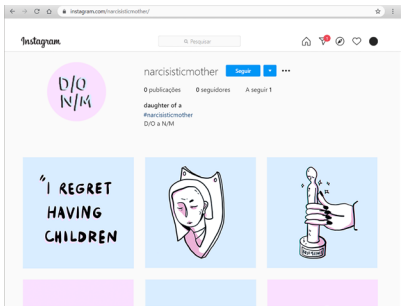
5. CONCLUSÃO

Ao se ter definido o objeto como sendo um fanzine, permitiu que a autora sentisse que havia espaço para criar e errar - algo que a mãe narcisista não permite que aconteça e que normalmente o filho tem que aprender por si só. Considera-se que houve um crescimento pessoal da autora nesse sentido, por conseguir evitar que a exigência para consigo própria dominasse o processo, tendo assim se permitido a criar e apresentar um objeto em que reconheceu limitações e dificuldades, permitindo conseguir encontrar um caminho pessoalmente satisfatório para o resultado deste projeto.

Desta forma, o objeto final não é algo "perfeito" ou comercial, mas sim um bocado da própria autora, com o intuito não só de ilustrar a sua experiência, como a de outros que tenham passado por essas mesmas vivências e que se possam identificar ou perceberem que não estão sós nestes casos de abuso. O resultado final foi um objeto simples, de ilustrações delicadas que representam o percurso de um filho que cresce com uma mãe narcisista [**FIG#69**].

No que diz respeito a limitações, não foi possivel fazer-se o acabamento com linha vermelha (associada à linha da vida e cordão umbilical). Além disso, considera-se que o texto do objeto é ainda um problema em aberto. Há ainda a intenção de se fazer melhorias no desenho da capa, na disposição do texto final e no design da ficha técnica (mudando a tipografia).

Pretende-se continuar a trabalhar este tema. Além de ser uma vontade que existia antes do mestrado, este projeto acabou por alimentar essa vontade de se querer continuar a explorar o tema, não só por dizer muito à autora, como também para informar e envolver pessoas que se relacionem com o assunto ou que o queiram entender. Para essa continuidade, criou-se uma página de Instagram dedicada aos progenitores narcisistas, para se poder abordar o tema através de ilustrações e textos referentes. Chegaram a ser feitos alguns estudos [**FIG#71**], no entanto, não foram publicados até ao momento por ser ainda um projeto em estudo.



FIG#71
Mockup Instagram

Considera-se que este tema deva continuar a ser trabalhado e investigado, como forma de alerta para algo que parece invisível para a sociedade, apesar de não ser um género de abuso incomum. Para isto, entre as várias áreas possíveis, a ilustração parece ser um dos meios com potencial para o apoio e sensibilização do tema, por ser uma forma de se transmitir situações difíceis que o leitor não experienciou, mas que pode vir a entender através da ligação que cria com a imagem. É também possível explorar outros aspetos que não foram abordados neste projeto, como por exemplo: o "pai narcisista"; a possível diferença de relação da mãe narcisista para com o filho homem e filha mulher e os respetivos danos; e a diferente relação do progenitor narcisista para com o filho favorecido em comparação para com o filho que não corresponde às suas espectativas, são algumas das sugestões para se continuar a explorar o tema.

5.1 Análise crítica

Durante o desenvolvimento e conclusão da terceira fase do projeto [**SECÇÃO 4.4** e **4.5**], procurou-se o parecer de amigos e conhecidos acerca do objeto desenvolvido, não só como forma de se receber críticas e sugestões, como também para se perceber se as ilustrações estariam a ser devidamente entendidas.

Inicialmente o público abordado era relativamente pequeno e consistente, acompanhando e comentando o desenvolvimento com regularidade. Já na fase final estendeu-se a procura por novas pessoas - incluindo sujeitos com relações com progenitores tóxicos e/ou narcisistas - que pudessem dar o seu parecer sobre as diferentes versões do objeto final. Os comentários e testemunhos recebidos foram sendo apontados. Entre o grupo de pessoas em questão - dezasseis pessoas -, houve a participação de duas psicólogas que observaram o objeto em mãos. A primeira observou o objeto durante o estudo das ilustrações, mostrando interesse em ver o resultado final e referindo que colegas da sua área poderiam estar também interessados em ver a abordagem deste tema através da ilustração. A segunda psicóloga observou já o resultado final do objeto, referindo que lhe parecia tratar da representação de um sentimento muito próprio, que lhe transmitia sensibilidade e dor através das situações ilustradas, e tranquilidade através do final feliz após o sofrimento, provocando-lhe no final uma boa sensação.

Em relação às diferentes versões do design do objeto, as opiniões divergiram. Entre a encadernação em *booklet* e a versão em argolas, no geral optaram pela versão *booklet*, justificando que a outra versão (argolas) tornava a leitura confusa. As pessoas que preferiram a versão em argolas, justificaram com o design original e mostraram apreciação ao poderem optar por ler só o texto, só as imagens, ou ambos. Em relação ao objeto com ou sem o uso do texto escrito pela autora, no geral optaram pela versão com o texto a acompanhar as ilustrações. As pessoas que preferiram esta opção, justificaram que ao lerem o texto, sentiam uma maior ligação com a ilustração e compreendiam melhor a narrativa entre os dois personagens (mãe e filho). As pessoas que optaram pela versão sem texto, justificaram que as ilustrações conseguiam transmitir a narrativa e sentimento sem a necessidade de explicações adicionais. Algumas das pessoas que escolheram a versão sem texto, tinham experienciado este género de relação com o progenitor e/ou estavam a par da situação. A partir desta última análise, pôde-se concluir que o objeto sem texto era mais eficaz com o público que já tinha conhecimento do tema ilustrado, enquanto que a versão com texto era a opção de quem preferia criar uma maior ligação com o tema através da leitura.

No caso da amostra de pessoas que cresceram numa relação com um progenitor tóxico e/ou narcisista (6 pessoas das 16 pessoas), mencionaram sentirem-se identificadas nas ilustrações, algumas referindo o ambiente e apatia dos personagens. Uma dessas pessoas - que contactou a autora após participação no questionário anteriormente referido [**SECÇÃO 4.3.1**] -, viu o resultado final no formato digital e manifestou a seguinte reação transcrita, em anónimo:

> "*Antes de mais obrigada pelo envio do teu trabalho, é um gosto poder dar-te a minha opinião num assunto que me diz tanto! Devo dizer-te que, quando abri o primeiro ficheiro, fiquei completamente absorvida do início ao fim ... chorei, sabes? Conseguiste transmitir, a partir dos teus desenhos, tudo o que sempre senti e que nunca consegui exprimir a 100% — as palavras não chegam, por vezes, e há tanta coisa que nunca consegui verbalizar ... Foi um sentimento único e dou-te os meus parabéns pelo teu trabalho fantástico, imagino que tenha sido extremamente difícil reviveres toda a tua história e, acima de tudo, transformá-la num produto criativo que a comunique da melhor forma. Percebo o tempo que levaste até encontrares um resultado com que te identificasses .... as pessoas no geral podem não entender mas eu entendo*"

Este testemunho citado foi importante para a autora do presente relatório, pois, para além do peso das palavras citadas, mostrou que o objeto pode chegar a determinado publico de forma emotiva, principalmente se tiverem passado por este género de relação com o progenitor.

BIBLIOGRAFIA

American Psychiatric Association. (2013). *Diagnostic and statistical manual of mental disorders (5th ed.)*. Washington, DC: American Psychiatric Pub.

Applin, Jo, & Kusama, Yayoi. (2012). *Infinity Mirror Room-Phalli's Field*. In: Cambridge: MIT Press.

Ash. (2020). *Narcissistic Parents as Depicted in Film and Television.* Retrieved from www.reelrundown.com/misc/Narcissistic-Abuse-As-Depicted-in-Film-and-Television

Back, Mitja D, Schmukle, Stefan C, & Egloff, Boris. (2010). *Why are narcissists so charming at first sight? Decoding the narcissism–popularity link at zero acquaintance*. Journal of personality and social psychology, 98(1), 132.

Brown, Nina W. (2008). *Children of the self-absorbed: A grown-up's guide to getting over narcissistic parents*. New Harbinger Publications.

Bryan, Kim. (2018). *7 Movies Every Daughter of a Narcissistic Mother Will Relate To*. Retrieved from https://hubpages.com/family/daughters-narcissistic-mothers-movies#

Connelly, Laura. (2016). *Moonassi: Melancholy illustrations react to the musings of everyday life*. Retrieved from https://www.creativeboom.com/inspiration/moonassi-melancholy-illustrations-react-to-the-musings-of-everyday-life-/

Danto, Arthur Coleman. (1975). Jean-Paul Sartre.

Dingfelder, Sadie F. (2011). *Reflecting on narcissism - Are young people more self-obsessed than ever before?* Retrieved from www.apa.org/monitor/2011/02/narcissism

Dutton, Donald G, Denny-Keys, Matthew K, & Sells, Joanna R. (2011). *Parental personality disorder and its effects on children: A review of current literature*. Journal of Child Custody, 8(4), 268-283.

Engelke, Michele. (2016). *Prisioneiras do Espelho: Um guia de liberdade pessoal para filhas de mães narcisistas*: Smashwords Edition.

Engelke, Michele. (2017). *Filhas de Mães Narcisistas: Conhecimento Cura*: Bibliothèque nationale de Luxembourg.

Farmácia. (2015). *Museu da Farmácia - A Origem da Vida e da Doença*. Retrieved from www.museudafarmacia.pt/detalhe.aspx?lang=pt&uid=0&area=storymap&o=1&f=43&bid=68

FFMS. (2013). *Portal de Opinião Pública da Fundação Francisco Manuel dos Santos - Secção "Família"* Retrieved from https://www.pop.pt/pt/grafico/a-familia/dever-de-amar-e-respeitar-pai-e-mae/pt-dk-no-se/?colors=se-2%7Cno-3%7Cdk-1%7Cpt-0%20#

George, K. (1993). The Risograph digital duplicator.

Guerra, Paula, & Quintela, Pedro. (2014). God save the Portuguese fanzines.

Hipocrates. (2020). *A teoria humoral de Hipócrates*. Retrieved from https://amenteemaravilhosa.com.br/teoria-humoral-de-hipocrates

Hyler, Steven E. (1988). *DSM-III at the cinema: Madness in the movies*. Comprehensive psychiatry, 29(2), 195-206.

Kim, Daehyun. (2010). *Moonassi*. Retrieved from http://www.moonassi.com/about

Lee, Soojin. (2015). *The Art and Politics of Artists' Personas: The Case of Yayoi Kusama*. Persona Studies, 1(1).

Lino, Geraldes. (2019). *Fanzine: O que é, e qual a origem da palavra*. Retrieved from https://bandasdesenhadas.com/2019/02/20/fanzine-o-que-e-e-qual-a-origem-da-palavra/

Martinez-Lewi, Linda. (2014). *You Discovered Narcissistic Parent's Destructive Family Secret*. Retrieved from www.thenarcissistinyourlife.com/you-discovered-narcissistic-parents-destructive-family-secret/

McCloud, Scott. (1993). *Understanding Comics: The Invisible Art*: Tundra Publishing Ltd.

Newman, Kenneth M. (1996). *Winnicott goes to the movies: The false self in ordinary people*. The Psychoanalytic Quarterly, 65(4), 787-807.

Ni, Preston. (2019). *Difference Between a Narcissist vs. Narcissistic Behavior*. Retrieved from https://www.psychologytoday.com/us/blog/communication-success/201908/difference-between-narcissist-vs-narcissistic-behavior

Priberam. (2008-2020). *Dicionário Priberam - Mãe*. Retrieved from https://dicionario.priberam.org/m%C3%A3e

Rappoport, Alan. (2005). *Co-narcissism: How we accommodate to narcissistic parents*. The Therapist, 1, 1-8.

Sagacious News Network. (2017). *Movies about narcissism and narcissistic personality disorder*.

Silva, Rebecca Araújo Soares da. (2019). *Mães narcisistas patológicas à luz dos direitos das crianças e dos adolescentes*.

Twenge, Jean M, & Foster, Joshua D. (2008). *Mapping the scale of the narcissism epidemic: Increases in narcissism 2002–2007 within ethnic groups*. Journal of Research in Personality, 42(6), 1619-1622.

Van Meerbergen, Sara. (2012). *Play, parody, intertextuality and interaction: Postmodern Flemish picture books as semiotic playgrounds*. Nordic Journal of ChildLit Aesthetics, 3(1), 20075.

Ventura, Diogo Alexandre Delgado Neto, Pedro, Ana, Alvarez, Mestre Nuno, & da Purificação Horta, Maria. *Perturbação Narcísica Da Personalidade: Descrição E Compreensão*.

ANEXOS

ANEXO A 89
ANEXO B 90
ANEXO C 91
ANEXO D 92

ANEXO A

Entrevista aos Linda Martin. Respondido por André Henriques, a outubro de 2019

1- Na minha pesquisa às entrevistas que deram, li que a letra desta música não foi dedicada a alguém em particular. Que foi escrita como se a contar a história de uma outra pessoa qualquer (o que é interessante, sendo que qualquer pessoa que a oiça vai "contar" a sua própria história). Que interpretação retiram da letra da vossa música e que mensagem queriam passar com ela?

AH : Na verdade a letra fala de uma relação que não está a resultar. O narrador sente que não está a ter o retorno do seu amor na medida certa. Não é auto biográfico e se queres que te diga já não sei precisar exactamente qual foi o rastilho para escrever a letra. Não há propriamente uma mensagem, há a ideia de partilhar ou expressar uma emoção. Acho que a nossa música é mais isso. A existir uma mensagem, ela é pessoal e é mais de quem ouve do que de quem escreve.

2- Foi o André Henriques que escreveu a letra? Embora tenha lido que não foi escrita a partir de uma experiência pessoal, o que o inspirou a escreve-la?

AH : Fui eu, sim. Não me recordo exactamente. Há dias em que acordas feliz e outros em que tens aquela nuvenzinha que te persegue. Talvez estivesse num dia menos bom e a imaginação fugiu-me para isto. A música é muito terapeutica, tanto para quem ouve como para quem a compõe.

3- O que vos parece esta interpretação que aqui apresento? Alguma vez tiveram contactos com abordagens deste género?

AH : É uma das muitas leituras possíveis. Acho que cabe aqui. Não há certos nem errados, há o que cada pessoa retira dali quando ouve.

4- Estão familiarizados com este assunto sobre progenitores narcisistas? Têm alguma opinião, ou algum caso que conheçam (sem necessidade de fazer referência ao caso)?

AH : Não sou entendido no tema mas acho que todos já fomos testemunhas desse tipo de comportamentos em maior ou menor grau. Lembro-me de um jogador de futebol de bairro (em ex colega de trabalho) que queria que o seu filho aos 8 anos fosse o craque que ele nunca foi, e lembro-me também de uma mãe elegante muito envergonhada porque a sua filha tinha excesso de peso. Ambos são casos em que os pais projectavam os seus desejos e anseios para cima das criancinhas. Tento não o fazer com os meus filhos, acho que me estou a safar mas só o futuro o dirá.

5- Assim por alto, conseguem-se lembrar de outra música, vossa ou de outro autor, que possa encaixar neste tema (de uma relação de abuso)?

AH : Nossa, talvez o "quase se fez uma casa". Tem uma temática semelhante ao amor combate.

6- Neste meu projecto, pretendo vir a desenvolver um suporte ilustrado sobre este assunto. Conhecem algum outro projecto (ilustração, filme, livro, B.D., ou outro suporte) sobre este tema?

AH : Não me recordo de nada em específico.

6.1- Se tivessem de ilustrar este tema, que características privilegiariam?

AH : Como disse atrás, não estou por dentro do tela mas desejo que chegues ao fundo das respostas que procuras.

__

ANEXO B

Entrevista a Mariana Bento (Malva), a outubro de 2020

O teu trabalho que usei como referência foi esta série de ilustrações em risografia:

1. Esta série de desenhos tem titulo?
MB : Não, é uma série de 10 ilustrações e não lhe dei um título na altura.

2. O que te inspirou na criação destas ilustrações?
MB : Na verdade esta série de ilustrações não surgiu a partir de uma inspiração propriamente, começou pelo fim, pela proposta para eu fazer uma exposição. Aceitei e a partir daí, fui só eu e a minha aflição a trabalhar.

3. Que emoções pretendes-te passar nessa série de ilustrações?
MB : Sou uma pessoa muito ansiosa, e o medo de não ter algo bom para apresentar começou a consumir-me. Com tantas ideias falhadas e a insegurança a tomar conta de mim, decidi falar sobre o que estava a sentir. E foi assim que surgiu o fio condutor desta série de ilustrações. Falo sobre mim e sobre a ansiedade, falo sobre como é carregar um gigante que ninguém vê.

4. Como descreves os teus desenhos/estilo?
MB : Bem, relativamente à minha ilustração/estilo, não tenho muito a dizer, sinto que estou em constante mudança. Mas uma coisa que reparo que tenho vindo a manter é o interesse pela figura feminina e num geral pelas posturas melancólicas, sinto que isso definitivamente me caracteriza.

5. Nos teus trabalhos - principalmente nos que estou a usar com referência - usas o lápis e também trabalhas com riso. Porquê a escolha destas técnicas?
MB : Lápis por ser o meu riscador de eleição, onde me sinto mais confortável. Risografia, porque achei ser um bom pretexto para experimentar, na verdade é uma técnica de impressão incrível e que reproduz a textura e a linguagem do grafite de uma forma muito fiel.

__

ANEXO C

Exemplo de um dos storyboard criados, neste caso, para a fase 2 do projeto (SECÇÃO 4.3)

1.

- Em família/com filho(s)

- Mãe sorridente, dedicada, carinhosa, amável

- Filhos sem sorriso (exemplo, presos de forma subtil > fios marioneta > gaiola)

2.

- Puxar o filho pelo braço a uma loja de roupa. Filho contrariado a chorar/rastejar no chão

- Mãe com rosto surpreendido, como se não estivesse a fazer nada de errado

3.

- Mãe a fazer bullying psicológico ao filho, de sorriso no rosto /humilhação

- Mãe apontar para o filho, enquanto este chora

4.

- Sorridente, a passear filho(s) na bandeja, como troféu(s)

5.

- Por trás da máscara

- Verdadeira face

> A partir daqui, imagens mais "distorcidas"

6.

- Representação da baixa autoestima da mãe > espelho/projeção

7.

- Ao telefone (com vários telefones) para "contaminar" as outras pessoas

- (opcional) Filhos, um com uma expressão de espanto e outro a chorar

8.

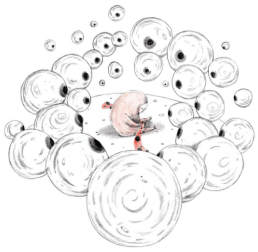
- Mãe a desesperar por não conseguir controlar o filho > dar "tiros no pé"

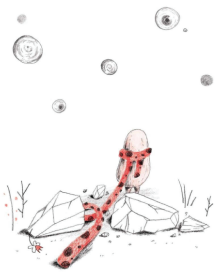
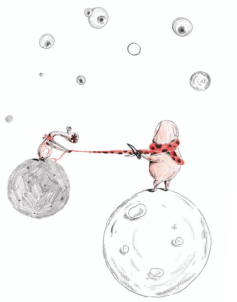
ANEXO D

Tabelas com as descrições e referências usadas para o estudo das ilustrações. Narrativa e texto utilizado durante o processo.

a. Ilustração	b. Descrição	c. Referências	d. História	e. Texto
1. gestação	- Mãe grávida, sobre o seu próprio planeta, apreciando o seu filho enquanto este observa a sua mãe	- Animação "The Cord" (cordão umbilical) - Flor narciso na cabeça da mãe (elemento constante na personagem) - Cachecol com riscas (simbolizando barras de prisão)	Mãe narcisista aprecia o filho dentro dela, enquanto este a observa esperançoso para a conhecer.	*"Imagina uma flor. Imagina que és essa flor, presa pelo pé à terra que te fez nascer. Imagina que és essa flor e que gostas de assim o ser."*
2. exibição	- Mãe sob a "pride rock" a elevar o filho nas suas mãos, como a exibir com orgulho o seu troféu de "mãe"	- Filme "Rei Leão": sob a "pride rock", o mandril Rafiki batiza e exibi o filho de rei Mufasa, Simba, aos outros animais da savana - Os planetas à volta representam os outros que observam	Após o nascimento do filho, a mãe eleva-o nas suas mãos, exibindo-o com orgulho (como se de um troféu de "mãe" se tratasse) sob a "pride rock".	*(E) Que por baixo do pé que te sustenta está a terra que te alimentou durante a vida para cresceres.*
3. contemplação	- A partir desta cena pode se começar a observar a mãe a excluir o filho daquilo que aprecia; a mãe não tem o cuidado/ interesse de incluir o filho no reflexo da água	- História de Narciso da mitologia grega	Em criança, a mãe senta-o ao seu colo enquanto contempla o seu próprio reflexo (de mãe) no lago/fonte, excluindo o seu filho da projeção na água.	*E as outras que observam o que ela te dá, dizem "que flor sortuda, presa à tua linda terra que te fez crescer". Mas sonham lá elas que, na verdade, só estás a tentar sobreviver.*
4. imposição	- A imagem representa a ideia de que a mãe narcisista vê o seu filho como um extensão dela, que nasceu para cumprir os seus desejos	- Introdução do cachecol do filho igual ao da mãe (por imposição) e do cachecol que o filho deseja vestir	A mãe começa a escolher a peça de roupa para o filho tendo em conta o seu próprio gosto. Veste o filho com um cachecol igual ao dela, às riscas, enquanto a criança aponta com interesse para um outro cachecol de padrão diferente, mas é ignorado pela mãe.	*Sobreviver dessa mesma terra que não te deixa partir. Que te diz repetidamente que sem ela não podes viver. Que linda terra, a mesma que te faz sofrer.*

a. Ilustração	b. Descrição	c. Referências	d. História	e. Texto
5. controlo/ manipulação	- A mãe, feliz, controla o filho preso por fios, como se de uma brincadeira se trata-se Detalhe: o filho, ainda inocente, imita a mãe com a perna	- Marionete - "macaquinho de imitação" (não por opção)	A mãe ao brincar com o filho controla-o na brincadeira, manipulando-o através de fios presos aos braços da criança. Na sua inocência, o filho acaba por imitar a mãe com o pé solto, pois sente que tem que entrar na brincadeira da sua mãe.	*Como é poderes sentir-te a flor mais sortuda, se estás presa ao que te faz odiar o que possuis e o que recebes? Que te faz preferir ter menos, não ter nada, não estar ali.*
6. aparências	- Mãe seleciona uma máscara sorridente para pôr no filho, enquanto este se encontra sem expressão - A mãe não consegue ver realmente o filho	- Máscaras	A mãe continua a escolher a aparência do seu filho. Coloca no filho uma das máscaras que mais se enquadra naquilo que ela quer que ele aparente, enquanto este se mostra de rosto vazio, pois é assim que ela o vê (e ele se sente).	*Pois tens o teu pé preso naquele pedaço de terra que te agarra desde a raiz e que não te quer soltar. (E) Sonham lá essas outras que só observam…*
7. vitmização	- Mãe dramatiza ao ver o filho a usar o cachecol que ele gosta em vez do cachecol que ela quer que ele use	- Cachecóis - "bohof" (Back Of Hand On Forehead) remota aos primeiros filmes mudos, no melodrama representado pelas costas da mão na testa (angústia). Atualmente aplicado a pessoas/"rainhas do drama" que tratam uma pequena dificuldade como sendo o fim do mundo (epítome do exagero exagerado)	O filho aparece diante da mãe com o cachecol com que se identifica, às bolinhas. A mãe ao ver que o filho não está a usar o cachecol que ela quer, dramatiza, vitimizan-do-se de que é tratada de forma ingrata pelo filho.	*Como é sentires que de momento, e até então, tens tudo para ser feliz e que afinal não o podes ser?*
8. difamação /humilhação	- Após filho contraria a peça de roupa que a mãe quer que ele use, esta começa a virar as pessoas contra o filho, mentindo e manipulando-as para ficarem do seu lado contra o filho	- "Contaminar" - Mãe: cobra - Jafar ("Aladim") hipnotiza o sultão através do seu bastão em forma de cobra. No final ele próprio se transforma numa cobra gigante (alter-ego)	O filho ao mantém vestido o seu cachecol às bolinhas. A mãe vendo a "rebeldia" do filho, começa a manipular as pessoas à volta contra o fiho, mentindo e deturpando os acontecimentos para que estes fiquem com pena da mãe supostamente desrespeitada.	*Pois quem te fez nascer não te permite que o sejas e traduz a tua felicidade a um engano, a uma mentira.*

a. Ilustração	b. Descrição	c. Referências	d. História	e. Texto
 *9. isolamento/ julgamento*	- Filho rodeado por quem a mãe contaminou. - Os planetas, à medida que a mãe os contamina, começam a tornar-se em olhos (que observam e julgam)	- Olhos: observado, julgado, pressão, solidão	Ao longo do tempo, com a manipulação que a mãe vai fazendo às outras pessoas para ficarem contra o filho, estas começam a julga-lo. O filho sente-se inferior e isolado (sem apoio) no meio da pessoas que o rodeiam.	*E insiste para que assim acredites que é na verdade a tua vida. Que és reles, insuficiente, uma flor sem cor, sem brilho, sem algo para dar ao que te rodeia.*
10. máscara/ realidade	- Sem ninguém por perto, a mãe mostrar quem realmente é	- Espelho, reflexo - Lampreia - Sanguessuga - Lobo mau (capuchinho vermelho): boca grande para devorar os outros No Face ("Spirited Away") usa uma máscara de expressão neutra. A sua boca verdadeira é gigante e encontra-se oculta no seu corpo preto	Na realidade a mãe usa uma máscara para cativar as pessoas. Ao retirar a máscara do rosto diante de um espelho, vê-se no reflexo o que o seu verdadeiro interior por de trás da máscara: uma enorme boca com dentes.	*Como é gostares de quem és, quereres ser tu e, no entanto, cresceres com a tua terra a não permitir que o sejas?*
11. sugar (energia)	- Numa realidade invisível, a mãe suga a energia do filho, deixando-o desgastado. Isto acontece principalmente se ele não cumprir com as ordens da mãe (neste caso, usar o cachecol que ela quer)	- Sanguessuga - Cell ("Dragon Ball") sugava as pessoas através do espeto da sua cauda (para ir buscar energia) - No Face ("Spirited Away") engole pessoas obtendo os pensamentos e traços de personalidade	Com a sua enorme boca por trás da máscara, a mãe espeta os dentes nas costas do filho, sugando e alimentando-se da energia dele até este ficar com o corpo sugado e sem força (por ainda ir contra a mãe, optando por usar o seu cachecol da bolinhas).	*E insiste em que percebas que não passas de uma flor que nasceu dela e que nada sabes sobre o mundo. Que ela é a terra que te alimentou e que tens o dever de ali permanecer.*
12. prisão	- No lugar do coração, a mãe tem uma prisão - O filho (sugado, dentro da mãe) encontra-se preso, de rosto inesprecivo e vazio	- Prisão: forma de coração invertido - Barras da prisão como continuação das riscas do cachecol	Na realidade a mãe é uma prisão do filho, que em vez de lhe dar amor, sufoca-o, enquanto os outros continuam a observar uma mãe que apara o filho.	*Como é cresceres assim, nesta nocente terra que te fez nascer? E ver as outras a aplaudir à linda terra que te sustenta… Elas falam e nem sonham.*

a. Ilustração	b. Descrição	c. Referências	d. História	e. Texto
13. estado de espirito	- Filho rodeado por quem a mãe contaminou - Os planetas, à medida que a mãe os contamina, começam a tornar-se em olhos (que observam e julgam)	- Pedra (com narcis): representa a mãe e o peso e sogrimento que causa ao filho	A mãe torna-se um peso que magoa o filho, sem piedade. O filho, fraco, abraçasse a ele prórpio como forma de encontrar força para tentar aguentar a relação com a sua mãe.	*E o tempo passa e nada já te faz sentido. Esta toxicidade que diariamente te alimenta e te prende, te murcha até as tuas pétalas já secas baterem no chão e nisto, chega!*
 *14. revolta/ recuperação*	- O cachecol do filho, que representa a sua vontade, elimina a pedra espetada dentro dele (o que a sua mãe lhe provoca)	- Cachecol: representa a vontade do filho (de poder ser ele) a vencer o abuso da mãe - "Virar as costas"	Saturado, o filho, arranja força, através da sua vontade/ca-checol, para quebrar com o sofrimento que a mãe lhe provoca. Destruindo esse peso, o filho começa a seguir o que lhe faz sentido.	*Aprecias as pequenas coisas que observas, as coisas à tua volta. A relva, o céu, as nuvens com que tentas desenhar. Dás valor só ao facto de poderes sentir e…*
 *15. cortar ligação*	- O filho corta a ligação com a mãe, para seguir o seu próprio rumo	- O cachecol ao ficar mais fino, passa a representar o cordão (umbilical) que liga o filho à mãe (o "cordão" que permite a mãe manipular) - Tesoura: cortar (ligação)	O filho tenta então fugir daquele mundo em que a mãe o obriga a viver. No entanto, a mãe faz de tudo para não o deixar partir, puxando o filho pelo cachecol para ele não se ir embora. O filho acaba por cortar o seu cachecol para se poder libertar, finalmente, da mãe e dos seus abusos.	*Cortas, finalmente, o pé que te liga aquela tóxica terra que te fez nascer. E elas murmuram "que ingrata flor, a abandonar a pobre terra que a sustentou toda a vida". E nem sonham.*
16. liberdade/ felicidade	- O filho parte no seu próprio planeta em busca da felicidade - Apesar de já ser livre para usar o seu cachecol, o cachecol ficou danificado (pelos abusos cortados)	-Os danos no cachecol representam não só a liberdade, com os danos que se vão manter com o filho ao ter crescido com os abusos da mãe	O filho, de cachecol cortado, segue o seu prórpio caminho, feliz no planeta que escolheu para si próprio.	*E enquanto olhas de longe, sorris de alivio por finalmente seres livre, poderes ser tu. E sonham lá elas que agora podes, finalmente, vir a ser feliz.*

FACULDADE DE BELAS ARTES
UNIVERSIDADE DO PORTO