

"ExpressARTE: A Arte como Ferramenta de Expressão e Autoconhecimento no Processo Educacional"

Maria Ângela Leandro de Jesus¹, Rejane Cardoso Chaves² Edna Maria Cruz Pinho³

¹ Estudante do Curso de Pós Graduação em Arte Educação – IFTO. e-mail: rejanec13@professor.to.gov.br,

² Estudante do Curso de Pós Graduação em Arte Educação – IFTO. e-mail: mariaangelalj@gmail.com

³ Docente do Curso de Pós Graduação em Arte Educação e do Curso de Licenciatura em Teatro – IFTO. Orientador(a). e-mail: ednapinho@ifto.edu.br

1 INTRODUÇÃO

A arteterapia tem se destacado como uma abordagem integrativa que utiliza a expressão artística para promover o bem-estar emocional e o desenvolvimento pessoal. A proposta do projeto "ExpressARTE: Despertando Potenciais e Construindo Bem-Estar Através da Arteterapia", desenvolvida com alunos do 5º ano da Escola Estadual Fé e Alegria Paroquial Bernardo Sayão, surgiu a partir do estudo sobre arteterapia na disciplina de Tópicos Especiais em Educação 1, no Curso de Pós Graduação em Arte Educação do Instituto Federal de Educação, Ciência e Tecnologia do Tocantins – IFTO Campus Gurupi, buscou oferecer um espaço arteterapêutico no Ensino Fundamental.

A escolha desse tema se fundamenta na percepção da necessidade de promover práticas que favoreçam a saúde emocional dos estudantes, sobretudo diante das demandas acadêmicas e sociais que enfrentam. Em um ambiente de escuta e acolhimento, as oficinas de arteterapia se mostraram eficazes na redução da ansiedade e no fortalecimento da autoestima.

Com base nos autores como Philippa Perry (2020), Winnicott(2020), Cathy Malchiodi(1997), Judith Rubin e Levine(2005), a pesquisa ganha respaldo teórico sobre os benefícios da arte como instrumento terapêutico. Esses estudiosos reforçam a importância da expressão simbólica, principalmente na infância, etapa em que muitas emoções não são facilmente verbalizadas.

Philippa Perry (2020), reforça a ideia de que a criatividade e a expressão artística são ferramentas poderosas para o autoconhecimento e bem estar emocional. Winnicott(2020), aborda conceitos fundamentais sobre o desenvolvimento infantil e a importância de brincar, da criatividade e do espaço potencial; Cathy Malchiodi (1997), afirma que a arte fornece uma linguagem simbólica para as crianças expressarem o que não conseguem formular verbalmente, permitindo - lhes comunicar emoções, experiências e pensamentos complexos de forma segura e contida e a Dr. Judith Rubin (2005), ressalta o benefício terapêutico da arte, permitindo que as crianças externalizem e processem suas emoções de uma forma que pareça gerenciável e empoderadora.

Justifica-se, portanto, a realização da presente prática pela relevância de proporcionar meios alternativos de expressão às crianças, permitindo que desenvolvam sua inteligência emocional, autoconhecimento e habilidades sociais. O ponto central da vivência é investigar como atividades

de arteterapia contribuem para o bem-estar emocional de estudantes do ensino fundamental, fortalecendo vínculos interpessoais e promovendo a escuta ativa por meio da produção artística.

2 OBJETIVO

Descrever os efeitos da arteterapia na promoção do bem-estar emocional de alunos do 5º ano do ensino fundamental, por meio da expressão artística e do desenvolvimento da inteligência emocional.

3 MATERIAL E MÉTODOS

A prática foi realizada entre os dias 24 de abril e 20 de junho com alunos do 5º ano da Escola Estadual Fé e Alegria Paroquial Bernardo Sayão. Utilizou-se como base metodológica a abordagem qualitativa, com aplicação de atividades práticas e análise interpretativa das produções artísticas dos participantes.

Os materiais utilizados incluíram slides explicativos sobre arteterapia, tintas, lápis de cor, papéis diversos, pincéis e colagens. As atividades se dividiram em momentos expositivos (com explicações sobre o conceito e objetivos da arteterapia) e oficinas práticas (com pintura livre e partilha em grupo). Ao fim das sessões, os alunos participavam de rodas de conversa para refletirem sobre suas criações e sentimentos.

Para a avaliação dos resultados, utilizou-se observações diretas durante as atividades, registros fotográficos das produções artísticas e aplicação de questionários qualitativos. A metodologia permitiu captar aspectos subjetivos da experiência e observar transformações comportamentais ao longo do processo.

A metodologia utilizada, que combina observações diretas e registros das produções artísticas, está alinhada com a abordagem da arteterapia. Conforme a psicóloga e arteterapeuta Denise Maria Cavalcanti (2011), a prática arteterapêutica “é um processo de produção de sentidos que se dá no encontro com a materialidade plástica, com as cores, as formas, os volumes e as texturas. O fazer artístico é o ponto de partida para a reflexão, a ressignificação e a transformação”. Essa visão sustenta a ideia de que a avaliação deve ir além da análise objetiva, capturando o processo e as transformações subjetivas que emergem da experiência artística.

4 RESULTADOS E DISCUSSÃO

Durante as oficinas de arteterapia, observou-se significativa evolução na forma como os alunos expressavam suas emoções. Crianças que inicialmente demonstravam resistência à comunicação verbal passaram a interagir com mais segurança e criatividade. A pintura livre foi uma estratégia eficaz para traduzir sentimentos internos, criando uma ponte entre os mundos emocional e cognitivo.

As falas de Philippa Perry (2020), e Winnicott (2020), sustentam os efeitos observados. Segundo Winnicott, é no brincar que o indivíduo descobre seu self. Essa perspectiva ficou evidente nas atividades práticas, nas quais os alunos expressaram sentimentos profundos por meio de cores, formas e símbolos.

O envolvimento dos alunos nas atividades promoveu não apenas o autoconhecimento, mas também o fortalecimento dos vínculos afetivos dentro do grupo. A troca de experiências nas rodas de conversa contribuiu para a empatia, a escuta ativa e o respeito à diversidade emocional.

Especialistas como Cathy Malchiodi (2007), e Judith Rubin (2005), reforçam a ideia de que a arte oferece uma linguagem simbólica para que crianças expressem aquilo que não conseguem dizer com palavras. Isso foi claramente observado nas produções dos alunos, que revelaram emoções relacionadas à família, escola e identidade pessoal.

5 CONSIDERAÇÕES FINAIS

A prática de arteterapia revelou-se uma estratégia eficaz para o desenvolvimento emocional dos alunos, permitindo-lhes acessar sentimentos e compartilhar experiências de maneira segura e criativa. Os objetivos propostos foram plenamente alcançados, pois a prática:

- Favoreceu a expressão emocional de alunos com dificuldades verbais;
- Reduziu a ansiedade escolar, especialmente em períodos de avaliação;
- Promoveu o fortalecimento de vínculos sociais e emocionais no grupo.

Como limitação, destaca-se o tempo reduzido de intervenção, o que aponta para a necessidade de continuidade de uma ação mais duradoura e frequente na rotina do ambiente escolar. Ressalta-se, ainda, o potencial da arteterapia como prática educativa complementar, sugerindo sua ampliação para outras turmas e contextos.

6 AGRADECIMENTOS

Agradecemos ao Instituto Federal do Tocantins (IFTO) pela oportunidade do estudo e Planejamento da vivência, à Escola Estadual Fé e Alegria Paroquial Bernardo Sayão pelo apoio e incentivo à realização deste projeto, bem como à docente Edna Maria Cruz Pinho pela orientação sensível e inspiradora.

REFERÊNCIAS

CAVALCANTI, Denise Maria. *A arte como processo de transformação*. In: CUNHA, Vera (org.). *Arteterapia: o fazer artístico a serviço da transformação*. São Paulo: Aleph, 2011.

EVINE, Stephen K. *Poiesis: a linguagem da psicoterapia expressiva*. São Paulo: Ágora, 1997.

MALCHIODI, Cathy A. *Arteterapia: compreensão e prática*. Porto Alegre: Artmed, 2007.

PERRY, Philippa. *O livro que você gostaria que seus pais tivessem lido (e seus filhos vão agradecer por você ter lido)*. Tradução de Geni Hirata. São Paulo: Objetiva, 2020.

RUBIN, Judith A. *Child art therapy*. 25. ed. Hoboken: John Wiley & Sons, 2005.

WINNICOTT, Donald W. *O brincar e a realidade*. Tradução de José Octávio de Aguiar Abreu e Álvaro Cabral. São Paulo: Ubu Editora, 2020..