

RESUMO SIMPLES - APRESENTAÇÃO ORAL - GT4 - PRÁTICAS  
TERAPÊUTICAS E SAÚDE MENTAL UNIVERSITÁRIA.

**ARTE E SAÚDE MENTAL: O LIVRO DE ARTISTA COMO INCENTIVADOR  
DA ESCRITA TERAPÊUTICA DENTRO DO AMBIENTE UNIVERSITÁRIO**

*Brenno Martins Oliveira Neves (brenno.neves@pq.uenf.br)*

*Raul Chatel Neto (raul.chatel@gmail.com)*

*Sérgio Arruda De Moura (arruda@uenf.br)*

A saúde mental dentro do ambiente universitário tem se destacado entre pesquisadores e, como consequência, novas alternativas que visam melhorar a saúde mental dos estudantes surgiram na tentativa de solucionar o problema. Vinculando-se ao GT4 (Práticas Terapêuticas e saúde mental universitária), esse trabalho propõe uma nova forma de prática de escrita terapêutica, expandindo os horizontes da expressão individual através do livro de artista. Numa pesquisa de revisão bibliográfica, a base teórica deste trabalho conta com a escrita expressiva de James W. Pennebaker, que traz em sua obra *Abra o seu coração: o poder de cura através da expressão das emoções* (2006) a ideia de que escrever sobre traumas e acontecimentos da vida reduz os níveis de estresse, assim como, auxilia na compreensão de sentimentos e dores. Pennebaker (2006) também aponta a escrita expressiva como auxiliadora na compreensão e resolução de problemas, vendo a mesma como uma forma de encontrar sentido. Ulises Carrión, no livro *A nova arte de fazer livros* (2011) argumenta que no “livro da nova arte”, quem o produz toma conta de todas as etapas de produção, participando efetivamente na construção da obra, aumentando assim a expressão do autor no trabalho final. Essa definição

dialoga com o pesquisador Paulo Silveira no texto *A página violada: da ternura à injúria na construção do livro de artista* (2008) sobre as definições do livro de artista, que se entende como uma obra de arte que alude a forma de um livro. Assim, esse trabalho propõe o livro de artista como facilitador da escrita expressiva, além de trazer novas possibilidades para o processo de criação, com novos elementos para a construção do livro que consigam expressar para além da escrita. Visando o livro como um trabalho a ser feito pelo estudante para o próprio estudante, novas opções de expressão, seja pela cor, imagem ou fotografias etc, podem auxiliar na produção e manutenção da escrita, resultando num processo pedagógico-terapêutico mais eficaz. A conclusão se firma na teoria segundo a qual o livro de artista se adapta a diferentes formas de expressão, abrindo oportunidade para a prática da escrita terapêutica inclusiva e com novos olhares até mesmo aos estudantes que não possuem a escrita como principal forma de expressão, unindo arte e expressão.

## Referências

CARRIÓN, Ulises; DA SILVA, Fernando Pedro; CADÔR, Amir Brito. *A nova arte de fazer livros*. Belo Horizonte: C/Arte, 2011.

SILVEIRA, Paulo. *A página violada: da ternura à injúria na construção do livro de artista*. Porto Alegre: Editora da UFRGS, 2008.

PENNEBAKER, James W. *Abra o seu coração: o poder de cura através da expressão das emoções*. Tradução de Inês Antônia Lohbauer. São Paulo: Gente, 2006.

Palavras-chave: palavras-chave: livro de artista; escrita terapêutica; saúde mental.