A ARTETERAPIA E SUAS CONTRIBUIÇÕES PARA EDUCAÇÃO ESPECIAL E INCLUSIVA

ROBERTA YOSHIHARA

RESUMO

A arteterapia oferece a oportunidade de expressão e comunicação não-verbal, sendo uma forma de resolver conflitos emocionais, promover o autoconhecimento e incentivar o desenvolvimento pessoal. Neste tipo de terapia, a arte torna-se um veículo de comunicação que ajuda o indivíduo a encontrar uma relação mais compatível entre o seu mundo interior e exterior. Por meio da realização de obras artísticas, o objetivo é que os usuários se recriem, vivenciando processos psicoexpressivos e encontrando caminhos para aprimoramento pessoal. O processo terapêutico deve ocorrer em momentos e espaços para a livre expressão, entendendo que é por meio dela que se desenvolve a relação intrapessoais. Portanto, a arteterapia, além de buscar o desenvolvimento de técnicas artísticas, busca a conexão de cada indivíduo com o amplo terreno vital e é exatamente por este motivo que a arteterapia pode contribuir de forma significativa para a Educação Especial e Inclusiva.

Palavras-chave: Conflitos Emocionais; Desenvolvimento Pessoal; Expressão.

INTRODUÇÃO

Desde os tempos mais antigos, os seres humanos têm utilizado a arte e as imagens como meio de expressão e representação artística/social. O simples ato de desenhar animais nas paredes das cavernas já era uma forma de diálogo e linguagem (PROENÇA, 2000). Em suas marcas, eles traduziram sua visão de mundo e suas preocupações em imagens, se comunicando com os outros e com o ambiente ao seu redor, a fim de criar universos de representação nos quais ações e relações sociais podem ser lidas e compreendidas até hoje.

Desde o período das pinturas rupestres até os dias atuais, a arte tem desempenhado um papel importante na sociedade e na cultura. No entanto, o que mudou ao longo do tempo foram as transformações na forma de comunicação social, bem como na maneira de entender as atribuições dadas às obras de arte. Sabe-se que as manifestações artístico-culturais se tornaram, ao longo dos séculos, a expressão mais duradoura da criação humana, pois não existe civilização sem expressão artística e esta é uma fórmula genuína que tem o poder de distinguir culturas, conceitos, crenças e formas de pensamento.

A Arteterapia é o uso da arte como terapia. Embora seja uma atividade milenar, se desenvolveu há cerca de 60 anos. Consiste na criação de material sem preocupação estética e sim apenas de expressar sentimentos. Esta catarse é muito sadia e faz com que o indivíduo se reorganize internamente. A arte é por si só uma atividade regeneradora. (BOSSA, 1994. p.53)

Num contexto educacional inclusivo, a adaptabilidade do acompanhante educador nos processos de ensino-aprendizagem, assemelha-se à visão do arteterapeuta. Em ambos os casos é necessário satisfazer a necessidade de alocar mais ou menos tempo ao processo, dependendo do nível de profundidade de cada experiência e a conexão ou impacto que cada proposta poderia ter. Neste sentido, cabe considerar a preocupação levantada pelo conceito de tempo nos processos educativos, sendo este um tema recorrente na educação.

A arte tem um papel crucial em muitos aspectos da vida humana, proporcionando inúmeros benefícios. Um exemplo disso é o papel vital que a educação artística desempenha no estímulo à criatividade e à imaginação das crianças. A arteterapia é uma forma de terapia que utiliza a arte como meio de tratamento para problemas psicológicos, medos, traumas ou bloqueios.

No entanto, seu uso não se limita a isso, pois a arteterapia também é útil para o crescimento pessoal e autoconhecimento, além de estimular a expressão de emoções. Portanto, é uma terapia adequada para qualquer pessoa.

Para aproveitar os benefícios da arteterapia, não é necessário ser talentoso em arte, pois o objetivo principal dessa terapia é melhorar a qualidade de vida e o bem-estar.

As artes, sendo formas de expressão não verbal, facilitam a exploração, expressão e comunicação de aspectos desconhecidos de nós mesmos. Nesse contexto, o trabalho com emoções através da arteterapia melhora a qualidade das relações humanas, pois aborda o componente emocional, que é fundamental em todos os seres humanos, nos ajudando a ter maior consciência de nossos aspectos ocultos e, assim, facilitando nosso desenvolvimento pessoal.

A arteterapia se concentra na pessoa. Não é um projeto sobre ela, mas um projeto com ela, baseado em seu desconforto e seu desejo de mudança. Levando em conta as diferenças entre pessoas e culturas, busca atualizar as condições de produção criativa, perceber as especificidades dos meios de comunicação utilizados e entender seus impactos.

A ARTETERAPIA E SEUS BENEFÍCIOS PARA PESSOAS COM DEFICIÊNCIAS

Viver com uma incapacidade em uma sociedade considerada normal é uma tarefa bastante desafiadora. Indivíduos com algum tipo de incapacidade tendem a ter uma autoimagem negativa, pois frequentemente se comparam aos outros, destacando suas próprias limitações.

A Arteterapia, como um processo terapêutico que estimula a sensibilidade, a criatividade e o lúdico, deve ser considerada em suas capacidades de oferecer a esses indivíduos uma direção, um autorreconhecimento como seres que fazem parte do mundo e pertencem a qualquer espaço - seja ele escolar, profissional e/ou social -, mas principalmente a autopercepção como um indivíduo que, apesar de suas limitações, se expressa, se comunica e deseja ser ouvido e respeitado.

A inclusão social de pessoas com deficiência envolve o fortalecimento da identidade, a recuperação da autoestima e a criação de redes de apoio que, entre outras coisas, fornecem informações sobre oportunidades reais de inserção no mercado de trabalho. Para o terapeuta de arte, é importante estar ciente de iniciativas bem-sucedidas nas quais o processo de terapia de arte contribuiu para essa inclusão.

O arteterapeuta trabalha com o sujeito individualmente, ou com grupos, desenvolvendo práticas, dinâmicas, vivências que valorizam a Arte em todas as suas manifestações: pintura, escultura, música, desenho, teatro, poesia. Ao realizarmos uma atividade artística, não só interferimos na realidade, como também desenvolvemos competências pessoais que aprimoram a performance, o desempenho da pessoa, o que estabelecerá formas de comunicação entre o real e o imaginário, entre o pragmático e o sensível, transformando o ato criativo em expressão produtiva. (ANDRADE, 2000, p.53)

A prática de arteterapia envolve a utilização de materiais como tintas, marcadores ou giz para expressar sentimentos através do desenho e da pintura. Isso pode incluir a elaboração de uma representação visual do estresse, a criação de um cartão postal que nunca será enviado, a construção de uma roda de emoções, entre outras atividades.

A arteterapia é um recurso valioso para aqueles que lutam para verbalizar suas emoções. Por sua flexibilidade, a arteterapia é adequada para pessoas de todas as idades. Uma análise de diversos estudos sobre a eficácia da arteterapia indica que ela melhora a qualidade de vida e a capacidade de lidar com sintomas psicológicos, condições médicas e desafios relacionados à idade, ao cotidiano, ao estresse e ao esgotamento.

A arteterapia é personalizada de acordo com as necessidades individuais, focando nos objetivos pessoais e no bem-estar. Contrariamente ao que muitos acreditam, não é necessário ter habilidades artísticas para se beneficiar da arteterapia.

Ao invés disso, o terapeuta pode sugerir estratégias para ajudar as pessoas a começarem a explorar suas experiências. Incorporando elementos de dança, teatro, música, escrita e muito mais, a arteterapia auxilia as pessoas no manejo de condições de saúde mental e médicas. A arteterapia pode ajudar as pessoas a aprenderem a se comunicar de forma eficaz, se expressar e se curar. Encontrar um profissional com formação especializada em arteterapia é um excelente primeiro passo.

Desde os primórdios da existência humana, a arte tem sido uma constante companheira. Desde as pinturas nas cavernas até os rituais de dança e caça, a arte tem estado presente ao longo da história humana.

Durante muito tempo, a arte foi associada à beleza e à perfeição, o que acabou por afastar alguns que não viam seus trabalhos como algo de valor. No entanto, a arte vai além das simples exibições de beleza, carregando consigo a expressão, a individualidade e a visão de si mesmo e do mundo.

A Arteterapia é uma forma de terapia em que a criação e o autoconhecimento são alcançados através do processo criativo, realizado com várias formas de expressão, onde a emoção e a criatividade estão intrinsecamente ligadas aos trabalhos desenvolvidos.

Durante o processo, no ato criativo, bem como na relação que o paciente desenvolve com cada material expressivo oferecido, é possível perceber os sentimentos, as sensações e observar os símbolos relacionados àquela pessoa.

Com isso, também se trabalha o autoconhecimento. Nesse contexto, surge a Arteterapia com sua proposta: não privilegiar os aspectos estéticos da arte, mas sim destacar a criatividade e a livre expressão. No contexto da arteterapia, lida-se com o processo expressivo, desvinculando-se do academicismo, técnicas rigorosas e da estética. Ela é utilizada como uma forma de autoconhecimento, promove a saúde e proporciona um acesso para a cura espiritual, mental e até mesmo física.

Segundo Philippini, existem várias maneiras de descrever esta modalidade terapêutica:

> [...] o que é mesmo Arteterapia, será considerá-la como um processo terapêutico, que ocorre por meio da utilização de modalidades expressivas diversas. As atividades artísticas utilizadas, configurarão uma produção simbólica, concretizada, em inúmeras possibilidades plásticas, diversas formas, cores volumes etc. (2009, p.11)

Portanto, através da materialidade das produções, há uma atribuição progressiva de significados em relação às informações contidas na psique, que são captadas pela consciência à medida que o processo se desenvolve. Na Arteterapia, ao longo deste caminho, são perceptíveis símbolos específicos que informam sobre o estágio de individuação de cada pessoa.

O conjunto de ações que genericamente pode-se chamar de "fazer arte terapêutico" expressa a singularidade e a identidade criativa de cada um (PHILIPPINI, 2009, p. 14). Dessa forma, a Arteterapia pode ser descrita como um processo terapêutico fundamentalmente expressivo, onde a individuação é mediada através das experiências artísticas, que geram transformações pessoais. Estas podem até estar correlacionadas com a coletividade.

A ARTETERAPIA NAS ESCOLAS

A criatividade é uma ferramenta que pode auxiliar a criança a expressar as emoções que surgem nas diversas etapas de sua vida, bem como no seu cotidiano, estabelecendo um meio de comunicação e expressão que facilita os processos de autonomia, autoafirmação e a expressão de conflitos internos, ajudando a compreender e aceitar as diferenças individuais e promovendo as relações sociais.

Quando buscamos implementar essas técnicas em sala de aula, é importante estabelecer um quadro de referência onde sejam expostos os benefícios da arteterapia, musicoterapia e criatividade na sala de aula, para posteriormente propor um programa de intervenção específico baseado em técnicas artísticas.

A escola, como a conhecemos hoje, clama por uma mudança radical onde as crianças possam construir seu próprio aprendizado e não se submeter a uma educação padronizada que evidencia seus fracassos refletidos no desajuste das diferenças.

Frequentemente, as crianças adotam comportamentos do mundo adulto como problemas de comunicação, sentimentos de inferioridade ou estresse, sendo estes grandes indicadores de desajuste social. Nesse sentido, a Arteterapia e a Musicoterapia aplicadas no ambiente escolar são ferramentas valiosas para o desenvolvimento da criatividade e da expressão das emoções, facilitando a adaptação da criança ao seu ambiente de forma saudável e ajudando a aceitar as diferenças individuais.

Permitir que emoções difíceis de traduzir em palavras sejam expressas dando-lhes uma forma, por meio da arte, é uma das peculiaridades mais marcantes da Arteterapia, e onde encontramos seu maior potencial terapêutico. A arte proporciona alívio, prazer, brincadeira, catarse, respingos e manchas com materiais, aspectos muitas vezes essenciais para crianças cujo desenvolvimento emocional foi severamente afetado.

Esses benefícios que as terapias artísticas e musicais nos oferecem são essenciais na fase escolar, permitindo que os professores trabalhem as emoções que surgem nos alunos de forma adequada à sua idade, evitando assim contradições e facilitando a aceitação das diferenças individuais e a adaptação ao ambiente.

A arteterapia usa o desenho, a pintura e outras práticas baseadas na arte como forma de conectar e desenvolver uma relação terapêutica. Não só permite que os alunos expressem emoções, mas também fornece suporte comportamental e gerenciamento de estresse.

Criar arte promove o raciocínio sequencial e a organização do pensamento para aqueles que enfrentam sentimentos avassaladores, mas carecem de mecanismos de enfrentamento para processá-los adequadamente. Isso pode ser incrivelmente pesado para as crianças. A arte pode servir como uma forma de mapear pictoricamente aquilo que não pode ser examinado verbalmente. A ordem pode ser visualmente estabelecida em meio ao caos psicológico.

O fazer artístico ajuda na regulação do afeto e pode transformar uma criança em sofrimento em um artista engajado. Costa (2001, p.15) afirma que:

Educar é sempre uma aposta no outro. Ao contrário do ceticismo dos que querem ver para crer, costuma-se dizer que o educador é aquele que buscará sempre crer para ver. De fato, quem não apostar que existem nas crianças e nos jovens com quem trabalhamos qualidades que, muitas vezes, não se fazem evidentes nos seus atos, não se presta, verdadeiramente ao trabalho educativo.

Materializar sentimentos internos através da produção artística pode se tornar um ponto inicial para o diálogo e fornecer um registro visual para discussões futuras.

É crucial que os adultos reajam com empatia às ansiedades da criança, como é evidente em suas narrativas e imagens. A criação de um espaço seguro e contido (visual e dinamicamente) dará início a uma expressão mais autêntica. Um papel com borda simples dá ao papel alguma contenção visual. Para crianças mais velhas, os desenhos de polaridade geralmente ajudam a destacar diferenças e semelhanças em perspectivas opostas.

A arte, em seu continuum de expressão mais controlada para menos controlada, pode permitir a experimentação de formas de lidar com a adversidade. Nos limites se-

guros da relação de tratamento e através da expressão não-verbal, as crianças podem ensaiar paradigmas alternativos de relacionamento.

A qualidade empoderada do processo criativo não-verbal, uma base fundamental do nosso trabalho como profissionais de arteterapia, permite que os clientes "falem visualmente" sua expressão, mediando e contendo suas lutas internalizadas. Muitas vezes, a criança intimidada cria cenas em que é um super-herói ferozmente corajoso.

A fantasia de superar a adversidade é primeiro visualizada e ensaiada na arteterapia para que possa se tornar mais uma realidade. A arteterapia escolar também é uma arena rica para promover a "consciência crítica" como postulado por Paulo Freire (2005).

Na arteterapia, os alunos podem refletir profundamente sobre si mesmos em relação ao seu clima social, explorar as contradições inerentes a esses relacionamentos e tornar-se capacitados para resolver problemas. A conscientização, empoderamento e responsabilização do trabalho de Freire no contexto da opressão é bastante relevante para nosso trabalho atual como arteterapeutas.

A arte fomenta as habilidades inerentes ao indivíduo, promove sua criatividade e expressão pessoal. É um veículo para alcançar a realização pessoal e evoluir como ser humano. Historicamente, a relação entre arte e educação tem se transformado de acordo com as eras históricas. Embora essa analogia passe por um processo de mudança, ainda persiste uma versão restrita de seu uso no campo educacional.

No entanto, é somente com o surgimento da psicologia como disciplina que se valoriza a originalidade e a expressão, habilidades que foram tidas como relevantes pelos professores. Jiménez (2011) afirma que:

> A partir do século XVII, psicólogos e pedagogos ilustres, como Juan Amos Commenius, John Lock e JJ Rousseau, notaram que a arte pode servir como elemento educativo, destacando assim seus dois valores: o artístico-criativo-emocional e o psicopedagógico- expressão-comunicação, insistindo na ideia de que, sendo mídia, devem aprendê-las todas, assim como se faz com a linguagem oral e escrita. (p. 10)

Mas as transformações perturbadoras e favoráveis não são claramente percebidas até a primeira metade do século XIX, quando esses signos artísticos são considerados uma forma de "expressão livre, e não a repetição inútil de cânones estereotipados" (Jiménez, 2011, p. 10). É nesse momento que se demonstra que a arte tem um efeito positivo, pois desenvolve competências sociais, físicas e psicológicas, bem como um verdadeiro desenvolvimento da autoestima e do autoconceito.

Em tempos atuais, tão tumultuados e acelerados, é necessário um olhar diferenciado na formação de crianças e jovens, onde, por um lado, sejam incorporadas técnicas didáticas que estejam de acordo com a fluidez desses momentos, e por outro, que busquem incorporar outras ações que ofereçam uma visão atual e real do mundo, que convidem a descobrir, compreender e resolver os problemas que surgem no dia a dia.

De acordo com Berdejo e Urbina (2018), a arte se apresenta como um instrumento para a "apresentação estética social e sua imbricação educativa para a formação de uma consciência social, solidária e comprometida com as reivindicações populares" (p.8), bem como uma forma direta de resolver os problemas sociais e culturais do meio ambiente.

Atualmente, ao se referir à arte e sua relação com a educação, o pensamento imediatamente se volta para o mundo da educação artística limitando-se à produção de benefícios educacionais gerais e não como forma de produção cultural.

No entanto, a educação artística desafia e modifica os sujeitos na construção de seus conhecimentos e contribui para o desenvolvimento de capacidades cognitivas, expressivas e relacionais específicas. Nessa engrenagem da arte-educação, a arte e a cultura como pedra angular do processo educativo, ajudam a pensar a vida de forma diferente, pois convoca a reflexão crítica e a transformação da realidade circundante.

Tudo isso demonstra a importância que, pouco a pouco, a arte tem sido dada na educação. Agir diferente é condição vital para viver e conviver no momento presente e desenvolver capacidades criativas e de inclusão social em crianças e jovens. Para isso, a arte deve ser considerada como uma importante oportunidade de ser, criar e transformar a realidade. Por isso, a necessidade de incluir a arte não só nas escolas, mas em toda a sociedade é cada vez mais evidente.

CONSIDERAÇÕES FINAIS

É crucial que os educadores compreendam nossos estudantes, suas particularidades, interesses, motivações e habilidades, para poderem se aproximar deles e assim poderem auxiliá-los, orientá-los e educá-los, considerando seu ambiente e realidade.

Desde a infância, a arte é um elemento integrante de nossas vidas e está presente em todas as fases de crescimento e desenvolvimento, servindo como meio para expressar criatividade, sentimentos, emoções e estados de espírito.

Com a arte, as crianças conseguem

desenvolver de maneira mais específica e precisa as diferentes capacidades criativas e inovadoras e adquirir uma compreensão dos objetos e fenômenos que ocorrem ao seu redor.

Por isso, acreditamos que neste processo educativo a arte deve ter um papel importante e significativo, pois permite a expressão espontânea de sentimentos e emoções, bem como suas opiniões, oferecendo a possibilidade de reproduzir e reconstruir suas experiências, o que contribui ao mesmo tempo para o seu desenvolvimento pessoal e emocional.

REFERÊNCIAS BIBLIOGRÁFICAS

ANDRADE, Liomar Quinto. Terapias Expressivas. São Paulo: Vetor, 2000. BERDEJO, C. e URBINA, S. (Coords.). Arte. Guardião da Memória. (1 edição). Guadalajara, Jalisco, México: Universidade de Guadalajara. 2018.

BOSSA, Nádia. A Psicopedagogia no Brasil: contribuições a partir da prática. Porto Alegre: Artes Médicas Sul, 1994.

FREIRE, P. Educação para a Consciência Crítica. Nova York: Continuum International Publishing Group. 2005.

GOLDSCHMIDT, Lindomar. Sonhar, pensar e criar. Rio de Janeiro: Wak, 2004.

JIMÉNEZ, C. G. A importância da educação artística na formação integral do aluno. Campeche, México: Universidade Pedagógica Nacional. 2011.

KLEIN, J.P. (2006). Arteterapia, um acompanhamento na criação e transformação. Arteterapia, 1, 19-25.

PHILIPPINI, Ângela (Org.). Coleção Imagens da Transformação. Rio de Janeiro: POMAR (Vários volumes).

_____. (Org.). Arteterapia: Métodos, Projetos e Processos. Rio de Janeiro: WAK, 2007.

_____. Cartografias da Coragem – Rotas em Arteterapia. Rio de Janeiro: WAK, 2013.

PROENÇA, Graça. História da arte. São Paulo: Ática, 2000.

SILVEIRA, Nise. O mundo das imagens. São Paulo: Ática, 2001.