



VIVENCIANDO A EMOÇÃO ATRAVÉS DO CORPO EM UM ESPAÇO ARTETERAPÊUTICO

Carla Isaltina Magalhães

RESUMO

Esta vivência tem por objetivo propiciar aos participantes que reproduzam as sensações sentidas no seu dia-a-dia causadas pela raiva, medo, alegria, tranquilidade e satisfação demonstradas através da expressão corporal e, em seguida projetadas plasticamente por meio de desenho e pintura. O nosso corpo é uma caixinha de memórias, que guarda várias consciências no decorrer de nossa vida. O processo arteterapêutico possibilita a re-construção e a re-integração da personalidade da pessoa, onde esta consegue compreender seu processo e transcender seus traumas, sensações, medos, assim, conquistando uma melhoria de vida.

Palavras-chave: Arteterapia. Corpo. Emoção. Sensações. Auto-Imagem.

.....

O desenvolvimento dos seres humanos, no decorrer de sua história, mostra a relação da arte com o desenvolvimento e o progresso das capacidades e habilidades humanas. Neste processo, a arte colaborou não só para que pudéssemos conhecer um pouco mais sobre a história de nossos antepassados, mas também para que pudéssemos aprender sobre o nosso próprio processo evolutivo e de autoconhecimento, seja por meio das pinturas rupestres, até o desenvolvimento das pinturas de artistas reproduzindo a sua época, seja em telas, esculturas e em danças sagradas ou tradicionais, utilizadas como instrumento tanto em processos lúdicos, quanto terapêuticos.

Furth (2004, p. 48), nos diz sobre criatividade:

Para conhecermos a nós mesmos, precisamos trazer para a consciência o que está submerso em nosso inconsciente. Nossos pensamentos inconscientes chegam até nós por meio de linguagem inconsciente dos sonhos, da pintura e do desenho.

Além disso, o processo criativo nos proporciona a possibilidade de elaborarmos novas formas de significação da pessoa por meio do autoconhecimento adquirido e da conscientização e integração social. A



MAGALHÃES, Carla Isaltina. Vivenciando a emoção através do corpo em um espaço arteterapêutico. In: ENCONTRO PARANAENSE, CONGRESSO BRASILEIRO DE PSICOTERAPIAS CORPORAIS, XV, X, 2010. **Anais**. Curitiba: Centro Reichiano, 2010. CD-ROM. [ISBN – 978-85-87691-18-7]. Disponível em: www.centroreichiano.com.br/artigos. Acesso em: ____/____/____.

Arteterapia através do processo criativo busca um meio tanto de reconciliar conflitos emocionais, como de facilitar a auto-percepção e o desenvolvimento pessoal, já que, consegue desestruturar símbolos estabelecidos na consciência, possibilitando à pessoa a construção de novos paradigmas e novas maneiras de compreender a sua realidade e de como se inserir nela.

Como Andrade (2000, p.35), nos diz:

Ao utilizar-se de práticas artísticas como a pintura, a modelagem e muitas outras tendo funções terapêuticas, postula-se a capacidade da vida psíquica organizar-se a partir delas e naturalmente deixa-se de lado os aspectos estéticos e formais de julgamento da expressão enquanto “Arte Maior” ou não. O que importa de fato é propiciar aos indivíduos uma forma de dinamizar sua condição inata de organizar suas percepções, sentimentos e sensações, ou seja, os conteúdos internos de sua vida psíquica vertidos em imagens e símbolos.

Sabe-se que a criatividade do ser humano acontece naturalmente dentro de um contexto cultural e social, portanto, a *Arteterapia* pode se constituir em um fator de conscientização do indivíduo sem permitir a sua alienação à realidade.

Interado deste contexto, Leloup (2005) nos convida a escutar nosso corpo, através da lembrança do Ser, que muitas vezes encontra-se bloqueada pelas memórias do corpo e do psiquismo.

A relação que grande parte das pessoas mantém com seu corpo é totalmente alienada, seu corpo é um desconhecido, até porque, há uma ruptura entre o *eu* e o *meu corpo*. E, esta situação que é um fato histórico, pois, já acompanha nossa sociedade a muito precisa ser transcendida.

.....

REFERÊNCIAS

ANDRADE, Liomar Quinto de. **Terapias expressivas: Arte-Terapia, Arte-Educação, Terapias-Artísticas**. São Paulo: Vetor, 2000.



COMO REFERENCIAR ESSE ARTIGO

3

MAGALHÃES, Carla Isaltina. Vivenciando a emoção através do corpo em um espaço arteterapêutico. In: ENCONTRO PARANAENSE, CONGRESSO BRASILEIRO DE PSICOTERAPIAS CORPORAIS, XV, X, 2010. **Anais**. Curitiba: Centro Reichiano, 2010. CD-ROM. [ISBN – 978-85-87691-18-7]. Disponível em: www.centroreichiano.com.br/artigos. Acesso em: ____/____/____.

FURTH, Gregg M. **O mundo secreto dos desenhos** - uma abordagem junguiana da cura pela arte. São Paulo: Paulus, 2004.

LELOUP, Jean-Yves. **O corpo e seus símbolos**: Uma antropologia essencial. Petrópolis: Vozes, 2005.

.....

AUTORA

Carla Isaltina Magalhães/RS - Graduação em Educação Física, na Universidade do Vale do Rio dos Sinos – UNISINOS. Especialização em Arteterapia, na FEEVALE.

E-mail: carlaimagalhaes@ibest.com.br

