

TRABALHO DE CONCLUSÃO DE CURSO

**COSTURANDO HISTÓRIAS E
POSSIBILIDADES PARA O ENSINO
DE ARTES E SUAS PROPRIEDADES
TERAPÊUTICAS**



LARIELA CAROLINA DA SILVA

Trabalho de Conclusão de Curso
Bacharelado e Licenciatura em Artes Visuais

COSTURANDO HISTÓRIAS E POSSIBILIDADES PARA O ENSINO DE ARTES E SUAS PROPRIEDADES TERAPÊUTICAS



Trabalho de conclusão de curso, apresentado como requisito parcial para a obtenção dos títulos de Bacharel e Licenciado em Artes Visuais, pelo Curso de Bacharelado e Licenciatura em Artes Visuais do Instituto de Artes da Universidade Estadual Paulista - Unesp.

Orientadora: Profa. Dra. Rejane Galvão Coutinho

LARIELA CAROLINA DA SILVA

Ficha catalográfica desenvolvida pelo Serviço de Biblioteca e Documentação do Instituto de Artes da Unesp. Dados fornecidos pelo autor.

S586c Silva, Lariela Carolina da, 1998-
Costurando histórias e possibilidades para o ensino de Artes e suas
propriedades terapêuticas / Lariela Carolina da Silva. - São Paulo, 2022.
98 f. : il. color.

Orientadora: Prof.^a Dr.^a Rejane Galvão Coutinho
Trabalho de Conclusão de Curso (Bacharelado e Licenciatura em Artes
Visuais) – Universidade Estadual Paulista “Júlio de Mesquita Filho”,
Instituto de Artes

1. Arte - Estudo e ensino. 2. Arte-terapia. 3. Narrativas pessoais. 4.
Saúde mental. I. Coutinho, Rejane Galvão. II. Universidade Estadual
Paulista, Instituto de Artes. III. Título.

CDD 701.15

Bibliotecária responsável: Laura M. de Andrade - CRB/8 8666

LARIELA CAROLINA DA SILVA

**COSTURANDO HISTÓRIAS E POSSIBILIDADES
PARA O ENSINO DE ARTES E SUAS
PROPRIEDADES TERAPÊUTICAS**

**Trabalho de Conclusão de Curso aprovado
como requisito parcial para obtenção dos títulos
de Bacharel e Licenciado em Artes Visuais, pelo
Curso de Bacharelado e Licenciatura em Artes
Visuais do Instituto de Artes da Universidade
Estadual Paulista - Unesp.**

Data de Aprovação: 21 / 11 / 2022

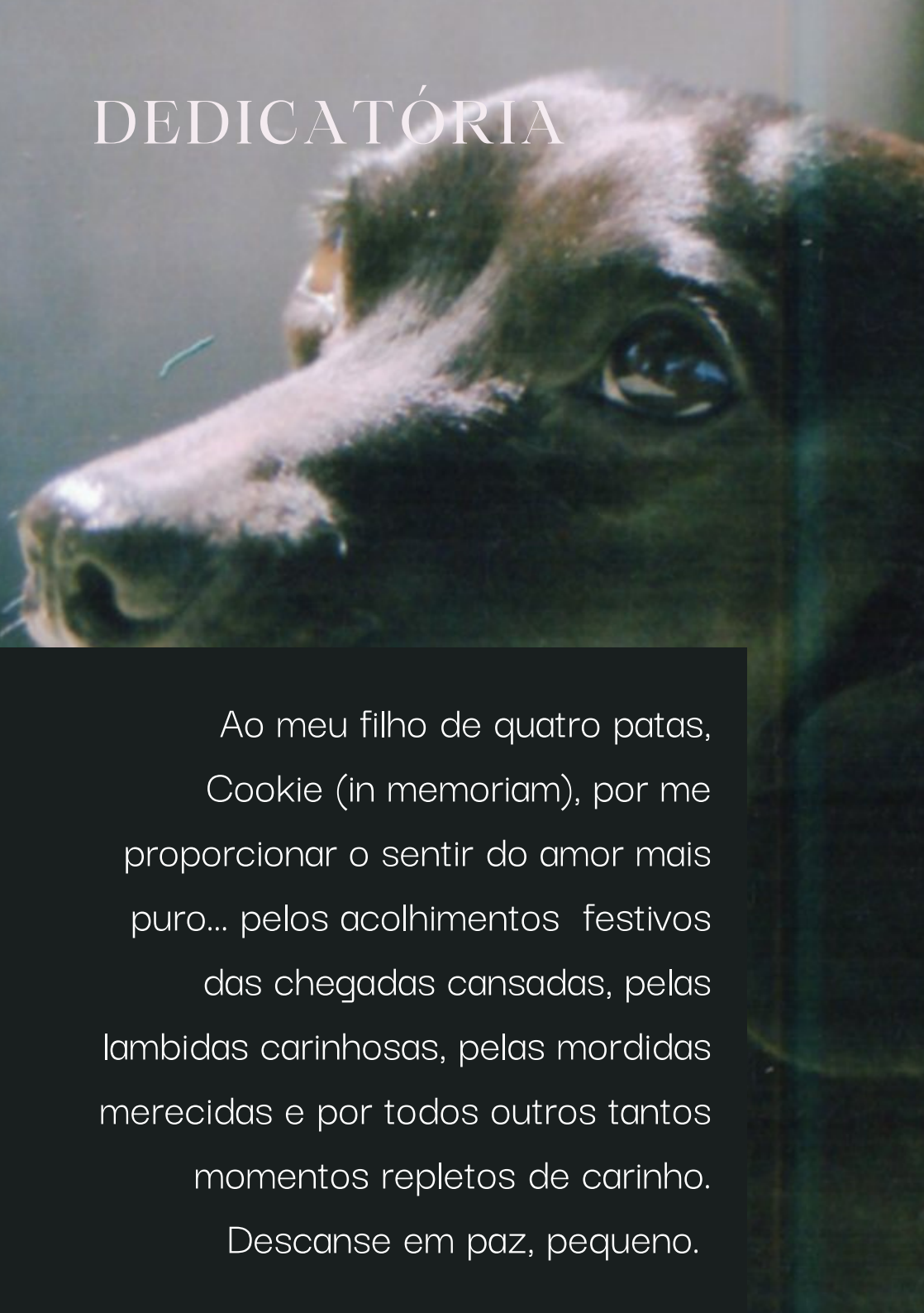
**BANCA
EXAMINADORA:**

**Profa. Dra. REJANE GALVÃO COUTINHO
(Orientadora- IA/ Unesp)**

**Profa. Dra. PRISCILA LEONEL DE MEDEIROS PEREIRA
(Membro- ECA/ USP)**

**Profa. Dra. RITA LUCIANA BERTI BREDARIOLLI
(Membro- IA/ Unesp)**

DEDICATÓRIA

A close-up, profile view of a dog's head, likely a pit bull or similar breed, looking towards the left. The dog has dark fur with some lighter patches around its eyes and on its muzzle. The background is a soft, out-of-focus grey.

Ao meu filho de quatro patas,
Cookie (in memoriam), por me
proporcionar o sentir do amor mais
puro... pelos acolhimentos festivos
das chegadas cansadas, pelas
lambidas carinhosas, pelas mordidas
merecidas e por todos outros tantos
momentos repletos de carinho.
Descanse em paz, pequeno.

AGRADECIMENTOS

Primeiramente agradeço à minha família, aos meus pais, Edilson e Marlene, e aos meus irmãos, Duone e Tainã, por me darem todos os suportes necessários ao longo da graduação; por me darem amor e carinho, e estenderem as mãos, os pés e tudo o que mais fosse necessário para o meu bem estar.

Meu obrigada à minha orientadora, Rejane, por ter me apoiado nessa empreitada.

Agradeço aos amigos queridos que fiz durante a graduação e que também MUITO me ajudaram no percurso: obrigada Tainá, Lucas, Karol, Diego, Amanda, Dani e Maria.

Agradeço também aos amigos, amigas e colegas do Sesc Interlagos: obrigada por terem tornado um ano tão difícil, mais fácil de digerir.

Por último, e não menos importante, obrigada Katherine, por me amar e permitir amá-la.

RESUMO

Em tempos onde a saúde mental se encontra cada vez mais adoecida, a Arte aparece com sua importância cada vez mais forte. A partir da contação de sua História de Vida com Arte, a sujeita-autora traz a temática da saúde mental ao se colocar em evidência, falando sobre suas questões com doenças, como depressão e o transtorno borderline. Partindo de um lugar de fala de uma estudante de graduação em Artes Visuais, é visualizada uma necessidade de transformação no currículo, sendo consideradas as propriedades terapêuticas da Arte. Para exemplificar o uso de tais propriedades como forma de melhorar o estado do ser, são trazidos processos de trabalhos artísticos produzidos pela sujeita-autora, apresentando a produção de papel artesanal e a encadernação dentre os principais.

palavras-chave: saúde mental; história de vida; artes visuais

ABSTRACT

In times where mental health is increasingly ill, Art appears with its importance increasingly stronger. From the telling of her Life Story with Art, the subject-author brings the theme of mental health to the forefront, talking about her issues with diseases such as depression and borderline disorder. Starting from a place of speech of a Visual Arts undergraduate student, a need for transformation in the curriculum is visualized, considering the therapeutic properties of Art. To exemplify the use of such properties as a way to improve the state of the being, processes of artistic works produced by the subject-author are brought, presenting the production of handmade paper and binding among the main ones.

key-words: mental health; life story; visual arts

SUMÁRIO

PARTE I

11 Introdução

História de Vida com Arte

14 Introdução

20 Parte "A": O Contexto Familiar

30 Parte "B": O Contexto Escolar

PARTE II

47 Falando sobre doenças: diagnósticos e definições

50 O porquê do TCC: a importância do assunto

54 A pesquisa de IC no TCC: aula de artes também é terapia?

58 Proposta de uma disciplina

PARTE III

62 Propriedades terapêuticas da Arte

68 Projeto Desencasulando

74 Costura na Pandemia

78 Curso de encadernação: SESC Pompéia

84 Oficina de encadernação "Bazar Girassol": (21/09)
Setembro Amarelo

88 Da produção do papel artesanal: relato em
conjunto com a produção

95 Conclusão

97 Bibliografia

PART E I



INTRODUÇÃO

As últimas décadas vêm sendo marcadas pelo crescimento do número de pessoas com a saúde mental adoecida. Num século em que a doença da Depressão é assumida como seu "mal", acometendo, cada vez mais, um número maior de pessoas, cuja soma é composta por uma grande parcela de jovens, podemos pensar em estratégias para reverter ou ao menos tentar impedir o crescimento dessa perspectiva.

Neste trabalho partiremos de dois cenários: a educação formal e a graduação universitária. No primeiro, podemos falar da aula de artes e do auxílio que ela pode oferecer aos estudantes por se tratar de uma disciplina que dá vazão às emoções. No segundo, estamos falando de uma formação em Artes Visuais, portanto, considera-se as propriedades terapêuticas da arte, também consequência de um curso de artes.

O presente trabalho começa com a história pessoal da sujeita-autora e da sua relação com a saúde mental comprometida. Com um histórico de diferentes diagnósticos que passam por depressão, ansiedade e transtorno borderline, ela sente a necessidade de falar sobre essa questão dentro da universidade, um espaço que comporta um grande número de jovens doentes, e dentro do curso de Artes, por se tratar de uma área que pode trazer características terapêuticas e, portanto, auxiliar na melhora dessas pessoas.

Em uma pesquisa de iniciação científica desenvolvida pela autora do presente trabalho, é desenvolvida a conclusão de que os professores não recebem a formação para estarem preparados para lidar com estudantes com a saúde mental comprometida, porque essa não é sua função.

A partir dessa conclusão, aqui trabalharemos uma resposta para tal questão: como poderia ser uma disciplina que propusesse trabalhar

com a saúde mental do estudante? Como poderia ser a formação do licenciando em artes visuais para lidar com essa questão dentro do espaço da faculdade e que lhe possibilitasse ter uma noção do que levar para dentro da sua própria sala de aula, após sua formação?

Assim, a seguinte pesquisa tem como objetivo elaborar uma proposta para o currículo de formação do estudante de Artes Visuais, de forma que lhe possibilite lidar com questões de saúde mental nos ambientes de aprendizado. Por isso, é trazida a questão tanto no ambiente de graduação, do licenciando em artes visuais, quanto no desdobramento que ela virá a ter no campo de trabalho do profissional formado.

Considerando o número do aumento de pessoas com a saúde mental comprometida nas últimas décadas, e, portanto, o aumento de estudantes com a saúde mental comprometida, é necessário olhar para os ambientes de formação, no qual eles passam considerável parte do dia, e pensar se os mesmos oferecem apoio sobre essa questão.

Desse modo, são consideradas as mudanças que podem vir a ocorrer nesses ambientes, de forma a auxiliar esses estudantes, e também ajudar na prevenção do acometimento de outros, de forma a colocar em pauta o assunto que ainda levanta tanto tabu: a saúde mental.

Parte-se, então, da leitura de textos que auxiliem na compreensão de como doenças psicológicas foram tratadas ao longo da história, como a partir do texto de Paula Aversa (Vibrações: a arte/educação nas práticas e no discurso em saúde mental) e é seguido para a leitura de relatos pessoais, de forma a embasar o próprio relato da autora da pesquisa: Rejane Galvão (Vivências e experiências a partir do contato com a arte) e Júlia Stradiotto (Rasgos: uma investigação sobre autobiografia, bordado e doença). A fim de embasar a escrita sobre o pensamento das propriedades terapêuticas da arte, são trazidos os pensamentos de Nise da Silveira e Osório César, com os textos de João A. Frayze-Pereira e Arley Andriolo, respectivamente.

Exposta a situação da questão da saúde mental no mundo atual, primeiramente será trazida a experiência da sujeita-autora com a questão, em forma de um relato de história de vida. Após o relato, será colocado um um apêndice, sobre o texto "História de Vida com Arte", que destrinchará rapidamente sobre os diagnósticos e definições das doenças vivenciadas pela autora, informações que não foram colocadas no relato.

Depois, a importância do assunto: ao ser posto que os professores não estão preparados para lidar com situações que envolvem a questão, será proposta uma mudança no currículo de licenciatura em Artes Visuais. Será situado o desdobramento dessa mudança no ensino de Arte em escolas de ensino básico.

Também, para complementar a questão da importância do assunto, serão trazidas algumas questões e culminações da pesquisa de Iniciação Científica (IC) realizada pela autora entre os anos de 2020 e 2021, que tange ao assunto da temática da pesquisa do TCC. Um dos pensamentos da IC que se desvela no trabalho atual é a sugestão da produção de uma disciplina a ser adicionada ao currículo da graduação de artes visuais ofertado pelo Instituto de Artes da UNESP.

Em seguida, será estabelecida a relação da Arte com processos de cura, de suas propriedades terapêuticas.

Para finalizar, serão escritas e descritas produções e projetos da autora; também será escrito um memorial descritivo de um exemplo de processo terapêutico através da produção de papel artesanal e encadernação que serão executados para a apresentação física da pesquisa em questão.

HISTÓRIA DE VIDA COM ARTE

Texto escrito para a disciplina Histórias de Vida com Arte, realizada em 2020, no contexto das aulas em modo online, ministrada pela professora Dra. Rejane Galvão Coutinho

INTRODUÇÃO

Antes de tudo, acho importante colocar que os primeiros momentos da história tomam certo caráter de contação não ficcional, que não se relaciona diretamente com a arte ou com o assunto a ser abordado no TCC. Mas assim é necessário para falar um pouco sobre aqueles que vieram antes de mim e prepararam a terra para o crescimento dessa linda flor que sou.



Sobre o caráter ilustrativo que as inúmeras fotografias trazem... bom, vocês vão entender.

Minha história começa como um enredo de filme: dois professores (meus pais) se conhecem numa greve. Na volta, o moço dá uma carona para a moça e suas amigas no majestoso fusca 74, etc., etc.



Na verdade, minha
história começa
quando meus avós
por parte de pai,
Josefa,



e Heleno,



saem da Pernambuco em 1957 e migram para o estado de São Paulo, especificamente para o bairro do Jabaquara, e depois se mudam para a cidade de Diadema, onde morei minha vida inteira.

Um dos 12 filhos do casal, meu pai, Edilson, o mais mimado da trupe, aos 13 anos passa a trabalhar, de forma registrada, numa empresa de tubos flexíveis, onde ocupa diferentes funções, e aos 24 anos, se forma em comércio exterior.

Em meio a longos anos dedicados ao comércio, recebe um "convite" [1] para trabalhar como professor de arte e desenho geométrico em escola pública. Após alguns anos exercendo tal função conjuntamente com o trabalho na área comercial, ingressa no curso de Educação Artística com habilitação em Artes Plásticas, no qual estabelece a relação com a Arquitetura, área, que um dia havia sido seu sonho de estudo, e que por conta da realidade econômica não havia o realizado.

Enquanto toda essa vida acontecia, longe dali (daqui) de Diadema, outra vida essencial para a minha história, a de minha mãe, Marlene, acontecia também.

Como seus pais, meus avós Ângelo e Antônia,



Mão

(Vó) Antônia

(Vô) Ângelo

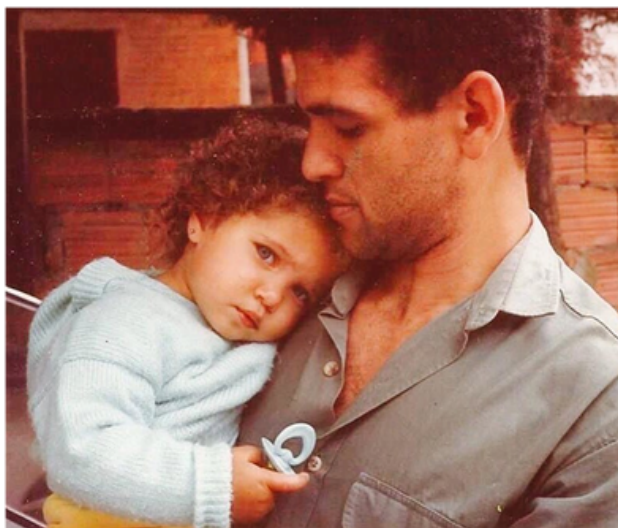
[1] "convite" porque na época, a formação na área não era uma obrigação para a prática.

A mais velha de 5 irmãos, cresce num contexto de plantação agrícola, de onde sai aos 19 anos e se muda para outra cidade do interior, na qual passa a cursar o Magistério e a trabalhar na Prefeitura. Cinco anos depois, em 1987, faz sua segunda mudança independente, e dessa cidade interiorana se muda para Diadema, onde começa a trabalhar na área da educação, como professora de primário (1ª a 4ª série), carreira que culmina numa graduação em Pedagogia finalizada nos anos 2000.

Estabelecidas essas trajetórias iniciais, trago de volta a breve história do fusca, que ocorre em 1989, e daqui invoco a imaginação de vocês para o desenrolar do meu nascimento e o começo da minha história de vida.



Agora, faço um recorte para colocar a existência da minha irmã.



Antes de meus pais namorarem e gerarem meu irmão, e eu em seguida, meu pai se relaciona com a mãe da minha irmã mais velha, e numa escadinha de 4 em 4 anos, formamos um trio de irmãos: eu, Lariela, meu irmão Duone e minha irmã Tainã. Para quem prestou a atenção nos nomes, quem os escolheu foi meu pai, o professor de artes.



Também acho importante colocar que minha irmã Tainã ganhou outra irmã, mas por parte de mãe, na mesma época que eu cheguei no mundo, a Bruna. Bruna se criou comigo, como espécie de irmã/ prima/ amiga/ alma gêmea, sei lá.



Dito tudo isso, para traçar uma linha do tempo da coexistência da minha existência com a arte e com a educação e com a arte/educação, eu pude recorrer à MUITAS fotografias, e isso se dá por dois fatores:

FATOR A) a paixão do meu pai pela fotografia.

FATOR B) a insistência da minha mãe em querer registrar cada passo dado dos filhos em crescimento.

Às vezes rola uma divergência sobre a autoria de determinados materiais... mas acho engraçado conseguir diferenciar a característica da prioridade documental de uns e as características, como por exemplo a clara preocupação com o enquadramento, de outros.

PARTE "A"

O Contexto Familiar

Com a família de meu pai também morando em Diadema, alguns na mesma rua, outros até no mesmo terreno (situação ainda atual), cresci em meio a constantes reuniões de comemoração de aniversários e finais de semanas com as casas cheias de crianças brincando e brigando. Uma tia, também minha madrinha, até hoje gosta de relembrar de quando no quintal da casa dela, nós, crianças, brigávamos e ela gritava "briga!! briga e se mata!! que se um de vocês morrer eu enterro aí mesmo". Não lembro se eu ria na época, mas ela, com certeza sim.

Na casa dessa tia, lembro de passar vários momentos no chão da sala, principalmente na companhia das minhas primas, que assim como eu eram componentes da #2geração (nascimentos pós 97).



No chão, que minha tia forrava com um lençol, sentávamos para almoçar e ler gibis da turma da Mônica, os quais enchiam as duas portas do hack que apoiava a televisão e que pertenciam à grande coleção de gibis das minhas primas componentes da #1geração (nascimentos antes 97), filhas dessa tia. Da casa dela, tenho a lembrança de passar muito tempo na sala, também olhando pro teto revestido por placas de plástico padronizadas. Mas acho que as lembranças mais intensas acontecem no espaço do quintal, no qual minha tia alegadamente nos enterraria se uma das crianças desse por morta após a briga pela divisão de algum brinquedo, ou por algum cantinho de terra, ou por alguma formiga, ou por qualquer motivo que travasse batalhas entre meninas na primeira infância.



Todo esse cenário, tinha como pano de fundo as cenas musicais de pagode e sertanejo dos anos 90, acompanhantes da programação da TV brasileira do mesmo período, ou seja, a tal cultura de massa, sendo exemplos: Sampa Crew, Raça Negra, Daniel, Katinguelê... e diretamente para os baixinhos, a Xuxa, apesar de Sandy e Junior fazerem mais sucesso com o público infantil da família em questão.

Quando a minha geração de primas estava no período da infância, a outra geração se encontrava na pré-adolescência ou já na adolescência, e por isso, por ser a caçula dos meus irmãos, lembro das reuniões que aconteciam na minha casa,



no caso, embaladas por DVDs e CDs dos grupos Rouge, KLB, Mamonas Assassinas, e pelos artistas da dita MPB que meus pais tanto ouviam, e ainda ouvem.

A presença do rádio, e principalmente da estação Nova Brasil FM, era uma constante. Na sala, no carro, na rua, na chuva, na fazenda...

Ou numa casinha de sapê... Aliás, parece que essa rádio toca as mesmas músicas desde que ela foi fundada... Mas enfim, além da rádio, meu pai sempre foi maluco por DVDs, então boa parte dos meus finais de semana, em grandes reuniões ou não, se passava na sala, com a passagem de DVDs de gravação de shows de bandas e artistas famosos da então cena da dita MPB.

E quando não eram músicas, eram filmes: meu pai sempre gostou MUITO de filmes, e em meio ao sucesso da mídia do DVD, em substituição à fita videocassete, ele começa sua coleção que passa a constituir a estética, ainda atual, da sala de casa. Para mim, a parte mais legal era observar as capas e criar enredos que provavelmente não condiziam com a criação.

Também, gostávamos, eu e meu irmão,



de aproveitar o tempo que ficávamos sozinhos, para assistir filmes que "não eram para nossa idade", como Marte Ataca! Isso quando não estávamos brigando para decidir qual DVD seria colocado em seguida. Em contraponto, passei muito tempo sentindo um imenso tédio ao assistir, de tabela, produções como Bonanza.

Enfim, nesse processo de substituição da VHS pelo DVD, lembro que meu principal consumo em relação às fitas, se deu pelas produções caseiras, pois assim como no caso da fotografia, tínhamos gravações, também feitas por meu pai, pra variar, de diferentes momentos referentes aos nossos primeiros anos, e o sentar no tapete da sala

Tapete



para assistir às gravações, era um hábito que foi se perdendo com o passar do tempo, pelo medo de estragar aquele material relativamente frágil que era a fita.

Ainda no contexto das produções cinematográficas, minha memória relaciona às idas ao cinema como passeios constantes que foram diminuindo em quantidade conforme o crescimento das crianças e a obrigatoriedade do pagamento de ingressos.

Apesar dos passeios no contexto familiar, minha memória relaciona minha primeira ida ao espaço da sala de cinema com um projeto em que meu pai ministrava numa das escolas em que trabalhava. O projeto consistia em levar ao cinema aqueles estudantes que não tinham acesso àquele espaço. Durante o passeio, meu pai dispunha à guarda dos alunos algumas câmeras para a exploração em relação à ferramenta e ao espaço.



Dito essas coisas, acho que fica nítida a importância que é a referência do meu pai pra mim. Durante longo tempo, ele foi minha principal, e cultuada, referência de arte, em diferentes espaços, como os eventos das Viradas Culturais de São Paulo, que com ele passei a acompanhar desde pequena.

De um período análogo à esse, fotografias reforçam as lembranças de outros passeios pelo centro da cidade, só que da de Santo André,



onde meu pai estudou algum pouco de pintura naturalista,



prática que rendeu presentes para as paredes das casas de quase todos os familiares, e como uma troca, desde aquela época, as paredes de casa, quase todas, passam a abrigar as pinturas de sua

professora, as quais sempre me despertaram sentimentos mistos: gosto ou não gosto?

Além dos passeios, do contexto familiar, estudamos os três, eu e meus irmãos, na mesma escola,



porém, pela diferença de idade com minha irmã, e também a convivência do dia a dia, as relações se desenvolveram de forma diferente.

Com a minha irmã,



a relação era mais de uma brincadeira de mãe e filha, era de cuidado. Era pontual também, pois eu via minha irmã aos finais de semana e às vezes na escola, nos momentos de endeuçamento, quando eu saía correndo para abraçá-la dizendo "é a minha irmã!".

Com o meu irmão,



a relação já era de amizade: enquanto nossos pais trabalhavam, em casa ou não, passávamos muito tempo assistindo TV e brincando juntos. Muitas vezes brigando também. Mas principalmente assistindo televisão, o porquê do nosso acordar cedo aos finais de semana.



Quando não estávamos no sofá, dividindo milimetricamente o espaço, estávamos no tapete, aquele mesmo que nos acomodava durante os filmes, ou Bonanza, e assim como o teto da casa da minha tia, eu passei muito tempo observando, e sentindo sua textura, e assistindo TV (novamente) ou "brincando" de "lutinha" quando meus pais não estavam por perto.

Passei também muito tempo observando e sentindo a textura da cabeceira da cama dos meus pais, móvel que continua intacto e que foi palco de alguns ensaios fotográficos, que eram repetidos em padrões ao longo dos anos. Aqui a paixão do meu pai pela fotografia e a necessidade de documentação da minha mãe se cruzam.





PARTE "B"

O Contexto Escolar



Quando eu penso na escola, me vem algo fragmentado na mente.
Quando eu penso no "prezinho", penso em brincar.



Lembro de abraçar a professora Ligia,



relação de afeto e comunicação que se mantém até os dias atuais; lembro de ter que correr pra chegar antes no balanço; da massinha na sala de aula; do copo de plástico da merenda; do dia de comprar o material (o melhor dia)...

Quando eu penso no fundamental, ele se divide em três momentos: O primeiro, da 1^ª a 4^ª série; o segundo, a 8^ª série; e o terceiro, o ensino médio.

O período da 1^ª a 4^ª série, é marcado pelas brincadeiras de pega-pega no intervalo, pelo aprendizado das operações matemáticas e pelas atividades relacionadas à arte sempre de cunho de apresentações de dias festivos.

Duas professoras, nas 3^ª e 4^ª séries, Sandra, responsável pela turma A, e Esther, responsável pela turma B, da qual eu fazia parte, trabalhavam em conjunto. Hoje penso que essas apresentações funcionavam como espécies de fechamentos de ciclos de aprendizados acontecidos em salas de aula, tendo como um exemplo o recital acerca da temática do Folclore Brasileiro, envolvendo fantasias confeccionadas sempre pelas mesmas mães que eram cooptadas para tais funções.



Da mesma forma, é a visão que eu tenho da 5^ª a 7^ª série... por outras questões pessoais, é um momento apagado, do qual não tenho lembranças e nem fotos, tanto do contexto escolar como familiar,

para ajudarem na recordação.

Quando penso na 8ª série, as memórias mais fortes se passam no envolvimento da aula de artes. Por dois ou três anos, a professora Claudiane tomou a frente da disciplina na escola. Em meio à inúmeras propostas, quando eu penso nessa aula, penso no trabalho em grupo: o se encontrar constante com as minhas amigas, o andar pela cidade movida pela procura de materiais.. o quanto essas experiências me despertavam um mundo hibernado.



Das aulas dessa professora, lembro de conversas: a partir do momento em que me aquieto, tenho a lembrança de sempre estar escutando, em rodas organizadas pela professora, fora do ambiente da sala de aula, as discussões promovidas acerca de questões levantadas dentro dela, seja em relação à disciplina de artes ou à alguma temática levantada pelo cotidiano do pré-adolescente, como a sexualidade.

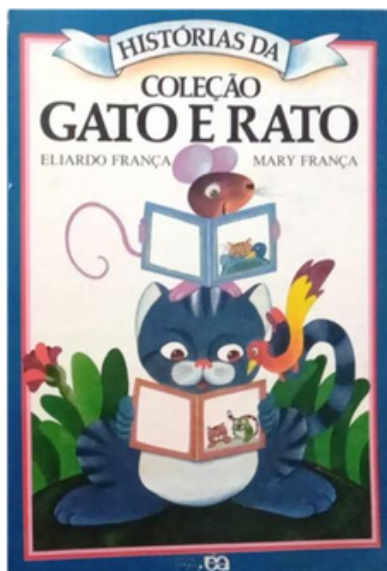
À essa professora relaciono minhas atuais idas à Bienal de Arte de São Paulo: em uma, em sua presença, não lembro do que vi exatamente, talvez alguma produção que hoje relaciono com a autoria de Bispo do Rosário, mas lembro do sentir... de estar sendo atingida por muitos estímulos, assim como quando acontecia nas Viradas Culturais, acompanhada do meu pai.

Sobre as visitas à espaços culturais, não relaciono com alguma disciplina escolar em específico. Elas aconteciam de forma à receber não só os estudantes, como também, e às vezes principalmente, seus caderninhos, sempre à postos para anotarem qualquer informação relevante para a produção de alguma atividade à ser realizada posteriormente, mas que tinha sido anteriormente estabelecida, assim como acontecia com as leituras, as "metas de leituras" propostas nas aulas de Português.

Lembro de odiar, de me sentir pressionada por essas leituras, e de gostar de folhear as páginas antes e observar as ilustrações, o que às vezes me levava à ler "picado", indo e voltando, seja por preguiça ou ansiedade à certas partes do livro.

Porém, quando as atividades passaram a ser propostas na biblioteca da escola, sobre livros da nossa própria escolha, eu e minhas amigas passamos a nos revezar para ler os livros da autoria de Pedro Bandeira.

Nesse momento, a leitura volta a fazer sentido, é acionada por prazer, assim como aconteceu dentro de casa, quando eu era menor.



Minha mãe, na época, professora de primário, tinha MUITOS livros infantis, e lembro dos momentos em que ela lia conosco e para nós (eu e meu irmão). Assim, quando na pré-adolescência/adolescência me reencontro com esse gosto, as Bienais de Livros se tornam motivo de animação e ansiedade (de forma positiva).

Assim, no contra turno da escola, que eu passava sozinha em casa, criei uma rotina de afazeres MUITO importantes, como dormir, conversar no MSN (rede social da época), jogar online, ligar para amigas, para a Bruna e compartilhar tudo, ou quase isso, principalmente sobre o gosto pela programação da Disney, que ao mesmo tempo conflitava com a cultura do rock que meu irmão me apresentava, como se eu tivesse que escolher entre uma ou outra.

Nesse contexto, e com a passagem do ensino fundamental para o médio, troco de escola, e vou para uma que fica na cidade de São Paulo. Localizada no bairro do Ipiranga, com fácil acesso ao metrô e

à mil possibilidades de ônibus, dali, passei a conhecer espaços de visitas obrigatórias para a realização de trabalhos, como por exemplo o do Centro Cultural do CCBB, que conheci com meus amigos, durante o 1º ano do ensino médio.



Nessa escola de caráter técnico, apesar de eu cursar a modalidade "pura" (linguajar de ETEC), ou seja, sem técnico integrado, a aula de artes acontecia apenas no 1º ano. A professora da aula de artes, Nilza Benites, também professora e coordenadora do curso técnico de Design de Interiores ofertado pela escola, além de carregar a imagem criada e espalhada pelos alunos desse curso técnico, a de ser uma professora magnífica, lembro da curiosidade que ela despertava em boa parte dos alunos da minha turma: a história da arte, atrelada às atividades práticas em sala, e outras em grupos, para serem realizadas ao longo dos meses. Sobre as atividades, lembro de

propostas para serem feitas em papel, após o compartilhamento de obras de artistas como Miró; propostas audiovisuais, que envolviam a construção de roteiro e gravação, ou a dublagem de pedaços de filmes, ou então talvez a mais marcante pra mim, a de uma produção corporal, sobre a qual meu grupo fez em cima da temática "infância" (mesmo quase nem tendo saído direito de uma, claramente). Oh, a diversão...



Durante o 2º ano do ensino médio, após a mudança do percurso, que de um técnico em dança seguiu para o caminho de um curso livre de teatro, acabei por vivenciar sobre o palco, semanalmente, exercícios teatrais que me despertavam o desejo de fugir dele.



Ao longo do ano, no contexto do curso, experienciei diversas sensações inenarráveis, como aquilo que acontece no camarim, entre as trocas de cena durante a apresentação de uma peça de teatro. Ali, conheci pessoas que me mostraram outros lugares, como o CCSP[2], espaço que passou a ser meu centro de referência para várias atividades culturais e de lazer a partir daquele momento. Na escola, onde os vínculos emocionais mais importantes daquele

momento da vida foram estabelecidos, a arte se fazia muito presente no meu grupo de amigos. O diretório acadêmico da escola, promovia saraus quinzenais, ou mensais, além de shows de talentos, dos quais o grupo sempre participava com algum número musical. Nesse contexto surge a FAMOSA banda CALEIDOSCÓPIO que, não durou muito além das apresentações.

Encerrado o 2º ano do ensino médio, o próximo ano chega com a intensificação da constância de perguntas que envolviam o próximo passo, após o término do colegial. Para o 3º e último ano, resolvi me lançar ao curso técnico de design de interiores, decisão que envolvia principalmente dois fatores: número 1) os trabalhos à lápis de cor, canetinha e giz pastel (que eu viria a conhecer) que uma grande amiga, estudante do curso, me mostrava; número 2) a incubação da ideia de que o curso seria um caminho para a faculdade de arquitetura, que um dia tinha feito parte do imaginário do meu pai.

Desse ano, além da recordação do caos, e das lembranças que novamente se acinzentam, a presença de outra Nilza, dessa vez a de sobrenome Camargo, se faz extremamente importante. Também professora do curso técnico de design de interiores, essa professora ministrava as aulas de história da arte e no módulo sucessor, história do mobiliário. A aula dessa professora era o exemplo do cenário imagético da aula de história da arte "a sala escura, com os slides no tampo".

Porém, a aula possuía uma característica muito específica daquela professora: o encantamento. Ela era APAIXONADA por tudo que mostrava e falava. Mesmo com a tentativa de não deixar as cortinas totalmente fechadas para o apagamento total de luz da sala, em determinados dias, a briga interna com o sono era bem violenta. Mas de forma geral, as mais fortes lembranças da aula vêm acompanhadas

-das dos modos expressivos da professora: a voz mais aguda quando falava com animação, o andar pela sala enquanto falava e tentava raciocinar as palavras que saíam da sua boca, o andar mais lento quanto o pensamento requeria mais tempo de formulação... naquele momento de inúmeras incertezas do que ser, do que fazer, apesar de ter crescido com um "exemplo de alguém do mundo da arte" dentro de casa, ela foi a primeira pessoa que me fez pensar "é isso que eu quero fazer", acompanhada de um "quero ser".

Agora, para finalizar, entro numa parte mais pessoal, mais que o compartilhamento de fotos dos álbuns de família, e aqui faço a conexão com a temática do TCC.

Bom, em 2015, finalizo o ensino médio, mas o curso técnico não, pois apesar da paixão por aquela e outras professoras, e por algumas matérias, no mesmo ano tranquei o curso, principalmente pelo mesmo motivo que viria me fazer trancar a faculdade, posteriormente. No ano seguinte, em 2016, após uma nova tentativa de continuar com o curso, após alguns meses, novamente cesso minha ligação com a instituição, mas agora de forma definitiva.

Uma parte de mim não se identificava com o curso de arquitetura. Outra, relacionava o trauma das noites sem dormir e a não finalização do curso de design com o curso de arquitetura. E assim, relacionando tudo o que eu havia vivenciado no mundo das artes tanto nos últimos anos quanto durante minha vida inteira, seguindo o caminho do meu pai, e com o apoio tanto dele quanto do de minha mãe, decido prestar vestibular para o curso de artes visuais, e dedico (falando de um lugar de privilégio, SEMPRE, claramente, de um privilégio) o restante do ano para as provas.

Apesar de um ano focado no ingresso na faculdade de artes visuais, ele marcou o início de um ciclo no qual eu me afastaria da arte.

De acordo com dados da OPAS (Organização Pan Americana de Saúde), apesar de constantes atualizações de números e cenários, uma em cada 4 pessoas dos continentes americanos experiencia alguma doença mental, e eu, assim como alguns familiares, nesse período seria fortemente acometida por doenças mentais, as tais "doenças do século", depressão e ansiedade, ou pelo menos eram os diagnósticos de dois psiquiatras por quem eu tinha sido analisada até então.

Ao ingressar na faculdade de Artes Visuais no ano seguinte, em 2017, um semestre foi o suficiente para as doenças que me acompanhavam, já há algum bom tempo, tomarem sobre mim suas formas mais medonhas, e a incapacidade de sair de casa, uma de suas consequências.

Desse período, quase não tenho lembranças de exposições, programações dentro, ou fora de casa, ou das aulas da faculdade, apesar de lembrar claramente do último dia de aula do primeiro semestre, o qual eu consegui terminar, ao decidir deixar algumas aulas de lado. Em comemoração ao início das férias, eu e minhas amigas, algumas que seguem até hoje nessa loucura da graduação, saímos para tomar um sorvete em homenagem ao professor de semiótica da época, Omar Khouri, fica aí o registro:



Voltei para o 2º semestre, mas ao não aguentar até o término da primeira semana de aulas, com a condição e apoio da minha família, me afastei da faculdade.

Assim, fora da faculdade, dentro de uma espécie de acordo pessoal feito com minha família, caí nos espaços da Oficina Cultural Oswald de Andrade, onde tive meu primeiro contato, de fato, com a xilogravura. Durante 3 meses, a dor, e o medo, de viver, eram brevemente sobrepostos por aquelas 3h semanais de ateliê.



No ano seguinte, em 2018, retornei à faculdade e ingressei na nova turma de 1º ano. Nela fiz amizades que levo para fora do ambiente da graduação, e que me ajudam a seguir na vida. Desse momento também levo outras amizades que vieram da minha primeira turma, o então 2º ano de 2018.





Na maior parte das vezes, até certo período do meu 2º ano, aquele espaço, esse espaço, da faculdade, foi muito nebuloso, e o contato com esse objeto que eu tinha me proposto a estudar, a arte, muito estreito. Mas em alguns momentos, a visão se limpava, e arte auxiliava o exercício.

O ano de 2020 começou com a promessa de ser um ano diferente para mim. Com o estado mental e emocional mais conservado e regulado, o estabelecimento e fortalecimento de conexões, ampliação da relação com a arte, e a revisão do mundo da educação, que eu passava a mirar com mais carinho e curiosidade, se deu de forma mais concreta.

Porém, a pandemia aconteceu, e ainda acontece, e estamos como estamos.

Um desmonte de tudo aquilo que estava se organizando internamente, em mim, começou, reiniciou. Para além de mim, do meu

interno, apesar do lento processo de REconstrução de muitas ideias que deveriam ter sido destruídas há muito, também vivemos um momento de destruição daquelas que deveriam estar sendo, no mínimo, incentivadas para se fortalecerem.

E no meio de todo esse enredo caótico, é possível compreender o termo espalhado desde o começo da pandemia: "arte como respiro".

A minha história de vida com arte, tem diferentes pesos em diferentes espaços em diferentes épocas. Hoje, ela se dá nas minhas relações que ultrapassam todas as linhas e contextos, aliás eu estudo isso, e trabalho isso, e vivo isso, e me seguro nisso, como seguro na mão de minha família, de minha mãe, aquela que me segurou primeiro na vida, e que continua me segurando, e tentando se segurar.



PART II



FALANDO SOBRE DOENÇAS DIAGNÓSTICOS E DEFINIÇÕES

Somente após a necessidade de afastamento da faculdade, no 1º ano, em 2017, eu procurei ajuda médica. Após, o que hoje concluo, se passaram anos de sofrimento emocional.

Aqui puxo um breve comentário sobre como ainda há tamanha desinformação sobre a temática da saúde mental. Primeiro que há o "não saber definir" estados e sentimentos: recordo ter inúmeras conversas com um amigo na época de vestibular, momento de forte tensão e sentimentos escaldantes, e tentar verbalizar o que eu sentia. Ele me explicava, inúmeras vezes, sobre o conceito de depressão. Me mandava links de artigos e vídeos. Foi quando eu entendi a existência e o funcionamento da doença, através da fala de Andrew Solomon[3], numa palestra pela plataforma TED Talks[4].

Após entender o que era a depressão, eu tive medo. E aí veio a negação, mais um estágio da desinformação, que pode ocorrer pelo preconceito. Pois bem, precisei de meses e um grande surto para entender que tudo que eu sentia não era uma enorme perda de tempo ou algo que eu pudesse lidar sozinha e resolver da noite para o dia.

Assim, em 2017 fui diagnosticada com Transtorno misto ansioso e

[3] Professor de psicologia clínica na Universidade de Columbia (EUA), consultor de saúde mental LGBT na Universidade Yale (EUA), escritor e conferencista. Dados retirados do site Companhia das Letras)

[4] <https://www.youtube.com/watch?v=-eBUcBfkVCo>

depressivo (CID F41.2), resultado que se seguiu pelos próximos anos e próximos profissionais por quem eu passaria a ser tratada.

Porém, em 2020, mais uma vez, passo pela mudança de profissionais (dois no mesmo ano) que me diagnosticam com Transtorno de personalidade Borderline (CID F60.3), que caracteriza uma pessoa de humor altamente instável, impulsiva, com problemas de auto imagem, com forte propensão à auto mutilação e suicídio[5]. O diagnóstico também relacionou a doença com um quadro depressivo e ansioso, o que me fez enxergar uma realidade então muito bem conhecida, porém não nomeada.

Após uma conversa com a minha psicóloga sobre o novo diagnóstico, me surpreendeu ela não se mostrar surpresa, mas complementar que sua opinião se inclinava a pensar no meu diagnóstico como alguém que sofre de Bipolaridade (CID 10 - F31), uma doença que contorna alguns dos sintomas da Borderline, mas que se caracteriza por pessoas que "tendem a apresentar humor e energia elevados (hipomania ou mania) e um rebaixamento do humor e redução da energia e da atividade (depressão)."[6]

Apesar das duas doenças se mostrarem parecidas na questão da variabilidade de humor, elas ainda assim são doenças diferentes, que sintomam de formas diferentes, e num momento de tanta angústia e incertezas, eu precisava de algo concreto.

Um dia minha psicóloga me perguntou o porquê de eu precisar saber nomear aquilo... bom, isso é papo para outro momento.

[5] <https://www.msmanuals.com/pt-br/profissional/transtornos-psiqui%C3%A1tricos/transtornos-de-personalidade/transtorno-de-personalidade-borderline-tpb>

[6] <https://telemedicinamorsch.com.br/blog/cid-f31>

Durante algum tempo vi a situação como conflitante, hoje vejo como um exemplo de complementação. Faço tratamentos para sintomas e questões, pois uma pessoa é composta de múltiplos. Eu sou múltipla, metamorfoses, modificações, mudanças.

O PORQUÊ DO TCC

A IMPORTÂNCIA DO ASSUNTO

Ao falarmos da disciplina de artes do ensino básico, estamos falando de um lugar de possível acolhimento à expressão das emoções, e assim, ao considerar que os dias atuais aportam o crescimento do número de pessoas, de estudantes, inclusive eu, com a saúde mental comprometida, passo a pensar no espaço da aula de artes como um espaço para introduzir o cuidado com tal questão.

Após realizar que os estudantes, cada vez mais mentalmente doentes, passam considerável parte do dia na escola, com professores que não tiveram o preparo para lidar com esse tipo de situação, passei a entender que esse não é o papel do professor: a disciplina Arte não funciona como arte/terapia, que de acordo com Marinho (p.14, 2004): "Não visa abordar a ordem técnica, estética ou acadêmica da arte e sim o seu processo criativo, as emoções, sensações e percepções".

Trago da dissertação de Paula Carpinetti Aversa[7], como exemplificação, o trabalho realizado por Nise da Silveira no setor de Terapia Ocupacional do Hospital do Engenho de Dentro, no Rio de Janeiro, que hoje é visto como referência para o histórico do trabalho da arte/terapia:

[7] Vibrações: a arte/educação nas práticas e no discurso em saúde mental. - Universidade Estadual Paulista, Instituto de Artes, 2012. Disponível em: <<http://hdl.handle.net/11449/86909>>.

Nise da Silveira não se preocupava em dar o 'estatuto de arte' às produções dos internos. Para ela, essas produções valiam mais por ser um recurso à reorganização psíquica dos pacientes, enfatizando a importância do contato afetivo e da expressão criativa no processo da cura. (AVERSA, 2012, p. 138)

Porém, não podemos desconsiderar as propriedades terapêuticas da arte, assim como não podemos desconsiderar as propriedades estéticas de suas obras. E assim

Pode-se dizer que a arte/educação, independente das concepções próprias de cada uma de suas diversas vertentes ou metodologias de ensino da arte, trabalha com a educação dos sentidos (do sensível) e cada vez mais vem ampliando suas ações no território da cultura, não se restringindo apenas ao ensino escolar formal, abarcando uma série de práticas que visam o enriquecimento da sensibilidade humana e a intensificação das experiências de vida. (AVERSA, 2012, p. 21)

Aqui em específico estou falando de uma estudante de artes de universidade, eu, que passou alguns anos em tempo integral, num Instituto de Artes, sofrendo de doenças psíquicas, estudando para lidar com as artes no geral, seja com ela em si ou dentro da educa-

-educação (ou a educação dentro dela?). Assim, estou falando de outro ambiente de estudos no qual o movimento artes/saúde mental se cruza.

Porém, aqui falo também da formação daquela (estudante universitária) que um dia irá trabalhar com aqueles que primeiro citei (estudantes do ensino básico).

Falando do lugar de uma pessoa que sofre psiquicamente, que passou por um longo processo de angústia e tratamento durante a faculdade de artes, posso dizer o quanto ela me auxiliou em momentos tensionados: nela, pude encontrar um índice do quanto eu estive mal.

Na faculdade, lidamos com um enorme número de pessoas com problemas de saúde mental, questão que suscita mudança no número de evasão e suicídio por exemplo.

Análises minuciosas dos dados MEC/FONAPRACE[8] (2004) indicaram que entre os estudantes universitários mais de 60% dos estudantes apresentaram problemas emocionais em graus diversos no ano anterior ao da realização da pesquisa, motivados por dificuldades financeiras, por questões de relacionamento social ou interpessoal, e por conflitos emocionais, chamando a atenção o fato de que mais de 30% deles procuraram atendimento psiquiátrico ou psicológico em algum período da vida. Entre 33 e 44 % dos estudantes universitários brasileiros relataram estar vivenciando dificuldade

emocional significativa no decorrer da pesquisa. E em média 5,5% desses estudantes fazem uso de psicotrópico e 24% buscam psicoterapia (MEC/FONAPRACE, 2004). Esse estudo denunciou que problemas emocionais e comportamentais afetam o rendimento e a permanência dos estudantes universitários (Tavares & cols., 2008)” (MATTA, 2011, p. 16)

Aqui é importante reforçar que essa foi uma fala de 2011 sobre uma pesquisa de 2004, sendo que estamos em 2022, portanto, os dados mudaram (não foram achados dados atuais) mas mesmo com os antigos podemos ter uma noção da situação atual.

A PESQUISA DE IC NO TCC

AULA DE ARTES TAMBÉM É TERAPIA?

Entre os anos de 2020 e 2021 realizei uma iniciação científica, orientada pela professora Dra. Rejane Galvão Coutinho, que tinha como intuito analisar os currículos de formação dos cursos de licenciatura em artes visuais das três universidades públicas de São Paulo (USP, UNESP e UNICAMP) procurando responder se as professoras e professores são preparados para futuramente lidarem com estudantes com a saúde mental comprometida, levando em consideração que a disciplina de Arte é uma disciplina que dá vazão para o cultivo das emoções. Citando o relatório da Iniciação Científica:

Partindo da aula de Arte, aquela que dentro do currículo formal e de acordo com López (2008, p.231) "fala do conhecimento sem ter que renunciar à emoção", aquela para a qual hoje estudo e intento me formar como educadora, me pergunto: e se fôssemos melhor preparados? E se o currículo da universidade olhasse para a questão da saúde mental, do aluno e consequentemente do futuro professor? (SILVA, 2022, p.4)

Sendo assim, a pesquisa propunha analisar as disciplinas dos currículos e procurar em seus programas e bibliografias temáticas associadas com a da saúde mental. Em conclusão, de modo geral, os cursos não apresentam a discussão da temática, mas dão espaço, em algumas disciplinas, para o envolvimento da questão.

Assim como na USP, as bibliografias da UNICAMP trazem títulos pontuais que tratam de questões como a inclusão e o mal-estar docente, mas tais questões não são colocadas como premissas das disciplinas.

A UNESP, com 7 disciplinas de licenciatura, apresenta em suas bibliografias, também de forma pontual, textos que tratam sobre afeto e histórias de vida. (ibid.)

Hoje penso que a pergunta inicial, "os professores são preparados para futuramente lidarem com os estudantes com a saúde mental comprometida?", dá a entender, com frases como "e se fôssemos melhor preparados?", que os professores deveriam ser preparados, mas na condição atual, não são. Porém, entendo que aos professores é concedida uma farta carga de funções e que um acréscimo à estas seria algo implacável, como diz Zaragoga (1999, p.59): "o professor está sobrecarregado de trabalho, obrigando-se a realizar uma atividade fragmentária, na qual deve lutar, simultaneamente, e em frentes distintas".

Hoje penso na necessidade da criação de um espaço extracurricular para se tratar da questão da saúde mental, mas também de uma certa abertura para tratar de tal questão, como uma conversa, em sala de aula (isso tanto na graduação do licenciando quanto na educação formal).

Agora falando especificamente sobre a graduação do licenciando em artes, penso diretamente na possibilidade da criação de uma disciplina que trabalhe as propriedades terapêuticas da arte atreladas à discussão da saúde mental.

Mas aqui entro em um conflito: antes, com uma pergunta, eu dava a entender que o professor deveria lidar com a saúde mental comprometida do estudante; depois eu disse o contrário; agora eu sugiro uma disciplina que trate de tal questão.

Talvez se torne um conflito a partir do momento que eu não sei qual direcionamento dar a tal disciplina: se essa disciplina vai lidar com a própria saúde mental dos estudantes? Ou se a disciplina vai preparar os estudantes para lidar futuramente, em sala de aula, com seus alunos? Ou as duas coisas?

Eu aposto nos dois direcionamentos, do mesmo jeito que a disciplina de Histórias de Vida com a Arte serviu para mim, desencadeando meu processo de TCC, e está trazendo uma grande reflexão sobre a questão da saúde mental, que já era algo frequente na minha vida; e que então eu trouxe para os meus colegas de sala, e agora trago para o meu trabalho de conclusão de curso, proporcionando uma possível abrangência do assunto, tudo através de uma disciplina.

Mas também entro em outro conflito, porque Lanier, por exemplo, fala do trazer a arte à arte/educação e eu dou a entender que estou trazendo uma forma de arte/terapia para a arte/educação

Talvez a arte possa (...) ajudá-lo a resolver suas inadequações emocionais (...) O ponto sobre o qual queremos insistir é que todos esses outros aspectos do crescimento individual não são ou não deveriam ser o principal foco para o professor de artes plásticas: que a sua principal referência deveria ser o progresso no domínio dos procedimentos estético-visuais. (LANIER, 2013, p. 70-71)

Intento deixar claro que não é minha intenção trazer a arte/terapia para a arte/educação, elas são ideias diferentes que devem ter seus respectivos lugares, e falando da educação, a arte/terapia deveria ocupar um lugar extra-escolar pelo aumento do número de estudantes com a saúde menta comprometida.

Assim, sugiro, no curso de licenciatura em artes, para se tratar das propriedades terapêuticas da arte, uma disciplina optativa, que traga o histórico do tratamento de doenças mentais, o trabalho de artistas que trabalham com o temáticas como dor/ sofrimento/ loucura, um espaço de acolhimento, um espaço não só com profissionais da arte mas também da psicologia, que saibam lidar com casos de pessoas que venham a trazer suas histórias, pois podem vir a ser momentos de reflexões, compartilhamentos, assim como vem acontecendo nas aulas de Histórias de Vida com Arte, porém seria um espaço adequado, de preparo para receber tais reflexões.

PROPOSTA DE UMA DISCIPLINA

EMENTA

Partindo da ideia de que a arte possui propriedades terapêuticas, esta disciplina cria um espaço de aprendizado e compartilhamento em relação a si mesmo e ao outro, através do conhecimento do panorama histórico do tratamento de doenças mentais e de artistas que ressoam tal questão.

CONTEÚDO PROGRAMÁTICO

- Panorama histórico do tratamento das doenças mentais, trazendo os principais nomes pioneiros do Brasil: Nise da Silveira e Osório César
- Dados estatísticos sobre doenças mentais/ desordens emocionais
- Pesquisa de artistas que tratam de temas sensíveis e pessoais em seus trabalhos
- Relatos pessoais dos estudantes através de produções visuais
- Leitura das produções

OBJETIVOS

Criar um espaço de conversa sobre o tabu da saúde mental, contextualizando a ocorrência de seu comprometimento tanto nos dias atuais como passados (final do século 19, século 20 e século 21), apresentando artistas que usam da temática em seus trabalhos e

refletindo sobre a importância dela de modo a gerar, como um impacto positivo na vida dos participantes da disciplina, no sentido de ocasionar reflexões que impactem tanto suas vidas pessoais quanto profissionais.

Objetivos Específicos

- Gerar um espaço que sirva como uma abertura para se começar a falar sobre o tabu da saúde mental
- Gerar um espaço de apoio àqueles que lidam com uma existência-sofrimento
- Gerar um espaço de compartilhamento de pesquisas de artistas que trabalhem com a temática da saúde mental ou tangentes à ela
- Ocasionar momentos de partilhas de pesquisas de trabalhos acadêmicos que entrecruzem com o tema da disciplina

METODOLOGIA DE ENSINO

- Aulas expositivas
- Pesquisas individuais e coletivas
- Produções individuais e coletivas
- Rodas de conversa sobre as produções e os textos indicados
- Trocas de experiências

CRITÉRIOS DE AVALIAÇÃO

Presença e participação

BIBLIOGRAFIA

ANDRIOLO, Arley. A "Psicologia da Arte" no Olhar de Osório Cesar:: Leituras e Escritos. Psicologia, Ciência e Profissão, São Paulo, v. 23, ed. 4, p. 74-81, 2 jan. 2004.

AVERSA, Paula Carpinetti. Vibrações: a arte/educação nas práticas e no discurso em saúde mental. Dissertação (Mestrado em Artes Visuais) - Instituto de Artes, Universidade Estadual Paulista. São Paulo, 2012.

DA SILVEIRA, Nise. Imagens do Inconsciente. 1. ed. [S. l.]: Vozes, 2015. 280 p.

COUTINHO, Rejane Galvão. Vivências e experiências a partir do contato com a arte. In: TOZZI, COSTA e HONÓRIO (org.) Educação com Arte. São Paulo:FDE, 2004.

FRAYZE-PEREIRA, João A. Nise da Silveira: imagens do inconsciente entre psicologia, arte e política. Mulher, mulheres, [s. l.], v. 17, ed. 49, p. 197-208, 18 fev. 2004.

STRADIOTTO, Júlia. Rasgos: uma investigação sobre autobiografia, bordado e doença. Revista-Valise, Porto Alegre, ano 11, v. 11, n. 18, p. 90-102, 2021.

FILMOGRAFIA

IMAGENS do Inconsciente- Em busca do espaço cotidiano. Direção: Leon Hirszman. Brasil: [s. n.], 1986.

IMAGENS do Inconsciente- No reino das mães. Direção: Leon Hirszman. Brasil: [s. n.], 1986.

IMAGENS do Inconsciente- A barca do sol. Direção: Leon Hirszman. Brasil: [s. n.], 1986.

PART E III



PROPRIEDADES TERAPÊUTICAS DA ARTE

A dor e o sofrimento são inerentes à proposta da vida. O sofrimento, por exemplo, pode provir da perda, e a dor pode provir do sofrimento por essa perda. Trago o exemplo da perda porque há três dias (relativo ao dia em que aqui escrevo) perdi quem há catorze anos eu dizia ser o "amor da minha vida", meu cachorro, Cookie, à quem eu dedico esse trabalho.

Esse tipo de dor e sofrimento, atrelados à perda relatada, podem vir acompanhadas da depressão. Mas a depressão tem suas facetas. Existe a depressão que se caracteriza como um tipo de luto (a qual não é considerada uma patologia), que dura em torno de 14 dias, e há a depressão, doença, que se formaliza como contínua.

Neste momento, eu luto contra as duas, e infelizmente não possuo tempo hábil para poder externar minhas dores da forma que eu gostaria. Talvez também, não sei se conseguiria, pois a depressão "tipo" luto me paralisa.

Mas a depressão patológica, que me agarra continuamente, já me arranhou de forma mais profunda em outros momentos da vida, como nos dois primeiros anos da faculdade, e hoje posso afirmar que a arte teve um papel essencial no processo de encarrilhar os trilhos da vida novamente.

Em seu texto "Rasgos: uma investigação sobre autobiografia", bordado e doença, Júlia Stradiotto traz um pensamento muito bem amarrado

sobre dor, doença e obra de arte (além daqueles que estão no título e ficaram de fora da lista: autobiografia e bordado). Traz um pensamento de Marlen Batista Martino (2010), que muito me fez refletir

... é possível perceber a existência e a difusão de um grupo artístico no qual a obra de arte se fundamenta na exposição da própria vivência do artista, apresentando assim a intimidade e o drama da existência [...] Para Martino (2010) a confissão procede da necessidade de denúncia, da remoção de algo nocivo, e é também o resultado de um extravasamento que se realiza no ato de contar algo para alguém. (STRADIOTTO, 2021, p. 92)

Pois bem, a arte pode servir como a "remoção de algo nocivo" ou ser "resultado de um extravasamento". A arte pode ser libertação. A arte pode ser cura.

Sendo assim, trago rapidamente, para exemplificar, o trabalho de dois psiquiatras que trabalharam com a arte como auxílio da cura, ou pelo menos da manutenção, da saúde da mente: Nise da Silveira e Osório César.

Nise da Silveira, "mulher e nordestina, médica e psiquiatra" (FRAYZE-PEREIRA, 2003) foi uma pessoa que lutou em prol dos doentes mentais, refutando as técnicas utilizadas na época (meados do século 20) sobre seus corpos, que hoje podemos considerar invasivas e cruéis, como a lobotomia e o eletrochoque.

Realizou um trabalho no Centro Psiquiátrico Nacional Pedro II, no Engenho de Dentro, Rio de Janeiro, transformando o que antes era apenas um galpão no Centro Psiquiátrico, em uma Seção de Terapia Ocupacional[9]. Esta Seção foi caracterizada como um espaço de convivência em forma de um ateliê de artes. Nela, os pacientes produziam obras, que mais tarde ganhariam o estatuto de "arte", que se relacionavam com seus inconscientes, e portanto dores, medos e angústias.

Para ela [Nise], a função terapêutica da arte era permitir a expressão de vivências não verbalizáveis por aqueles que se encontravam imersos no inconsciente, ou seja, em um mundo fora do alcance da elaboração racional, cabendo ao terapeuta a tarefa de "estabelecer conexões entre imagens que emergem do inconsciente e a situação emocional vivida pelo indivíduo" (SILVEIRA, 2001, p.18). (REIS, 2014, p.146)

Falando do papel do terapeuta, em 1952 Nise da Silveira inaugura o Museu do Inconsciente que de acordo com Frayze-Pereira (2003, p.198)

se constituiu desde o princípio como um núcleo de pesquisa da esquizofrenia – núcleo liderado por sua criadora que, em última análise, utilizou a expressão plástica como um meio de acesso à interioridade dos esquizofrênicos e levou ao conhecimento do grande público as obras de seus pacientes

Com o acesso às obras dos pacientes, e o reconhecimento de seus valores estéticos pelo “grande público”, além das obras ganharem o estatuto de obras de arte e inserirem os novos artistas numa nova cena artística legitimada de “expressão marginal”, pelas palavras de Frayze-Pereira (2003), Nise da Silveira ganha o reconhecimento por realizar um trabalho que se associa à arte/terapia. Com o trabalho realizado na época, Silveira se tornou uma referência contemporânea para a área da arte/terapia.

Porém, Nise separava arte de terapia e de arte/terapia, e Alice Casanova dos Reis, psicóloga clínica, no artigo “ Arteterapia: a Arte como Instrumento no Trabalho do Psicólogo”, articula que

no âmbito da arteterapia, as atividades expressivas não têm uma finalidade estética, ou seja, a produção artística não é realizada e analisada por seu valor estético como obra de arte, ainda que muitas vezes seja posteriormente reconhecida como tal pelo público (REIS, 2014, p.148)

Mesmo assim, é importante salientar que as imagens criadas pelos pacientes se relacionavam como uma forma de liberação daquilo que se guardava, ou trazendo novamente Martino (2010) "da necessidade de denúncia, da remoção de algo nocivo"; e essas imagens, num contexto pós-guerra, quando se opunha contra a arte formal, ganham valor estéticos .

Sobre Osório César, assim como Nise, foi um psiquiatra, e também "estudioso da psicanálise, embora não se tenha formado psicanalista" (ANDRIOLO, 2003, P.75) conhecido por seu trabalho no Hospital Psiquiátrico do Juquery, em SP, mais especificamente em Franco da Rocha, iniciado na década de 1920.

Um intelectual que se interessava pelo assunto da psicanálise, Osório também se interessava por arte, temática que junto com sua área de atuação, a psiquiatria, formou um objeto de estudo e trabalho que permeou e nomeou sua vida.

"Suas preocupações incidiam sobre a reabilitação e a construção de alternativas fora do hospital, enfatizando a profissionalização em arte dos internos." (AVERSA, 2012, P. 140)

Em Franco da Rocha, trabalhou na Seção de Pintura do Juquery e na Associação de Assistência aos Psicopatas de São Paulo, realizando "várias exposições na capital e interior, não apenas apresentando as obras ao público, como também vendendo-as." (ANDRIOLO, 2003)

Também,

Devemos levar em conta ainda a relevância do trabalho de Osório César para a valorização da

arteterapia, pois ele realizou mais de 50 exposições divulgando a expressão artística de doentes mentais, procurando, com isso, afirmar a dignidade humana dessas pessoas (Andrade, 2000). Em termos da prática, de acordo com Carvalho e Andrade, o seu método era baseado na espontaneidade e na crença de que o fazer arte já propiciava a cura por si', por ser um veículo de acesso ao conhecimento do mundo interior" (1995, p.34). (REIS, 2014, p.146)

Sendo assim, podemos dizer que tanto Osório quanto Nise foram duas pessoas importantes para o cenário psiquiátrico do século XX no Brasil, carregando as vitórias de suas trajetórias para os dias atuais de forma a contribuírem para o que décadas depois marcaria o cenário do mundo da saúde mental com a luta antimanicomial (que "se caracteriza pela luta pelos direitos das pessoas com sofrimento mental"[10]). Ou seja, seus trabalhos relacionados com a arte foram de grande importância para forrar o panorama da cena psiquiátrica brasileira, que carregava a característica da loucura com um viés pejorativo.

[10] <https://bvsmms.saude.gov.br/> (Biblioteca Virtual em Saúde- Ministério da Saúde)

PROJETO DESENCASULANDO

23 de janeiro de 2019

“Os últimos tempos têm sido muito importantes pra mim. Momentos de entrega, redescobertas e revelações. Constantemente me sinto como um inseto num casulo, se preparando para a próxima fase. E disso nasce o projeto “Desencasulando”: quando eu coloco meu nome pro mundo.”

Em **2017**, concomitantemente ao início dos tratamentos, tive a oportunidade de participar de uma oficina de xilogravura na Oficina Cultural Oswald de Andrade, localizada no Bom Retiro. Já conhecia a técnica através da literatura de cordel, me apresentada por meu pai, e reapresentada pela professora Claudiane numa das aulas do ensino fundamental, na qual pude experimentar a isogravura, uma forma de produzir gravura no material do isopor. Na oficina de 2017 me apaixonei pela técnica, e hoje, terminadas as disciplinas de técnicas de artes visuais oferecidas pela universidade, declaro ser a xilogravura minha técnica favorita.

No ano de **2018**, como um curso de artes visuais promete, a grade curricular era composta tanto de aulas teóricas quanto práticas. Durante as aulas práticas, pude mexer com diferentes materiais como argila, madeira, isopor, pedra sabão e concreto celular. Também tive muito contato com o material tão cotidiano que é o papel: nas aulas de desenho, o carvão deslizava sobre o papel áspe-

-ro que é o jornal. No mesmo ano, pude cursar disciplinas optativas de aquarela, uma técnica que sempre me despertou encantamento e a qual os materiais, tão delicados, passaram a me provocar o mesmo sentimento.

E é aqui, pela ânsia de conhecer e experimentar materiais e possibilidades, que as aulas da faculdade e a xilogravura se cruzam com o projeto Desencasulando. Num momento em que eu começava a me estabilizar (porém sempre contando com momentos de "baixos", por se tratar de um tratamento de experimentações com diferentes fases e remédios), comecei a experimentar a técnica da encadernação. Adorava, e ainda adoro, mexer com diferentes papéis, e saber das possibilidades que uma linha e uma agulha poderiam proporcionar para o resultado final de uma produção.

De tentativas, e erros, e acertos, surgiram cadernos. Para mim, então, surgiu a técnica da encadernação. E de teste em teste eu resolvi começar a vender aquilo que me fazia tão bem produzir.

Em janeiro de **2019** eu anuncio nas redes sociais o projeto desencasulando e passo a comercializar cadernos artesanais personalizados. O tempo passa e os valores dos cadernos mudam pela justificativa daquilo que hoje tenho como "valorização do meu próprio trabalho", e com esses aumentos, o número de clientes cai, e com isso, em julho do mesmo ano, o projeto se encerra.

A decisão de encerrar o projeto não foi tão fácil quanto talvez eu tenha feito parecer no texto, não foi tão rápida também. No meio tempo entre os 6/7 meses, houve muito trabalho, correria, estresse e alguns reajustes de valores que lutavam pela manutenção do projeto. E não foi só a questão do dinheiro que concretizou a finalização. O processo de comercialização daquilo que começou como um afazer discreto e apenas essencial para a minha própria satisfação, foi per-

-dendo o sentido ao longo do tempo. O fazer, o tempo que antes eu tomava para mim como um momento de integração profunda comigo mesma, passou a ser cronometrado, pois então outras pessoas estavam contando com um produto final.

Mas ainda assim é um período que eu trago comigo com grande carinho e recordação de grandes aprendizados. Criei cadernos especiais para pessoais especiais, tanto conhecidas quanto desconhecidas e que espero ter feito uma pequena parte da história, ou ainda estar fazendo, de alguma forma.

Falarei rapidamente sobre o processo de criação desses cadernos.

Compostos por 100 folhas (200 páginas) de papel vergê, que eu sempre considerei ser um papel muito indicado para esse tipo de produção tanto por possibilitar o desenho tanto quanto a escrita, sem contar a estética que a textura do papel propicia, o caderno era produzido a partir de um questionário a ser respondido pelo cliente. O questionário me mostrava frestas do mundo da pessoa que possuiria o caderno: gostos, desgostos, cores, nomes, etc., etc.

QUESTIONÁRIO

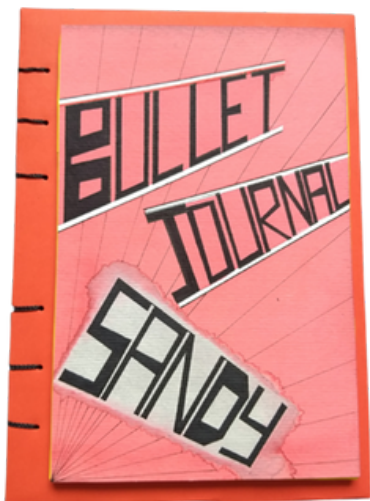
- Gostaria que o motivo do caderno fosse identificado na capa? (diário, agenda, etc.)
- Alguma temática de preferência ou quer ser surpreendido?
- Me fale sobre você: cinco coisas que você gosta, que te identificam.
- Alguma cor que você não gosta?

Aqui vão alguns exemplos:



palavras-chave:

floral, doce, sorrisos,
chá, praia, não gosta de
verde escuro



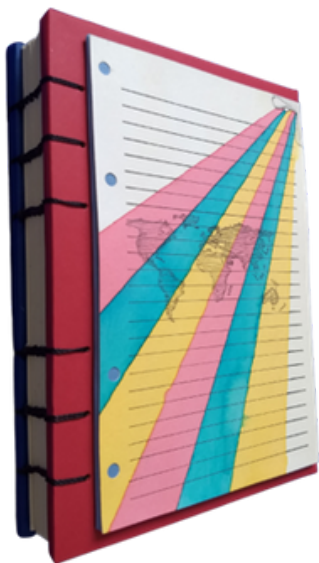
palavras-chave:

comunismo, física, anime



palavras-chave:

ciências biológicas,
livros, músicas, fotos,
azul



palavras-chave:

leitura, escrita, natureza,
amizade, estudo

O processo de produção do caderno começava desde o momento que eu estabelecia o primeiro contato com o/a cliente. Após a resposta do questionário, vinha a parte de pesquisa de imagens a partir das palavras localizadas no questionário, da onde surgiria ideias e novas pesquisas, que suscitariam novas ideias, e novas pesquisas, e assim por diante. Desse processo, saíam rascunhos de desenhos, que mais pra frente seriam trabalhados para serem finalizados em diferentes técnicas (aquarela, guache, lápis de cor e canetinha).

O que eu acabei de relatar foi a produção das capas de modo geral. Os cadernos, os corpos, eram feitos de forma mais mecânica: os papéis são dobrados, as capas são encapadas, os cadernos são costurados. Porém, cada folha dobrada era, é, um verso de música, uma folha de capa escolhida com cautela e cada passada de linha uma respiração pausada.

COSTURA NA PANDEMIA

2020 chegou com a promessa de ser um ano diferente para mim. Eu estava melhor, psicologicamente falando, e estaria entrando na parte de licenciatura da graduação, um ano de estágios também. Porém, no final da primeira semana de aula, a faculdade entrou com um comunicado de recolhimento devido um vírus que estaria circulando. Quase três anos depois, sabemos muito bem do que se trataria isso que pareceria um simples recolhimento de 2 semanas.

Com o privilégio de poder me recolher, fui uma dessas pessoas que passou a adquirir algum novo hábito durante a pandemia. O meu foi o bordado, uma técnica que eu já havia interesse em experimentar há algum tempo.

Cessadas as aulas do primeiro semestre por conta da pandemia, estudei muito por conta própria. Também passei horas em ligações com meus amigos, dentre os quais cito Tainá, com quem além de conversar, eu também bordava através de vídeos-chamada.

Em torno de setembro as aulas retornam de forma remota, e percebo quetodo o esforço em manter uma saúde mental estável já havia sido gasto durante os primeiros meses de pandemia. Se sempre tive dificuldade em me relacionar com pessoas de modo geral, por ser uma pessoa mais tímida e introspectiva, nas aulas online esses traços de personalidade se tornaram pulsantes e motivos de atrapalharem meu desempenho: quietude. Sempre quieta.

Além da quietude, veio a falta de foco. Já não conseguia prestar a atenção no que os professores falavam, e mesmo assim eu forçava a me manter estável durante a aula, não queria desrespeitar aqueles que se dispunham a tentar realizar encontros de compartilhamentos num momento tão delicado quanto aquele que estava ocorrendo. E é aqui que o bordado, aquele que estava nascendo como um hábito em minha vida, um hábito de lazer, passou a ser um hábito de suporte.

Durante as aulas, enquanto eu me mantinha estática, me esforçando ao máximo para continuar prestando a atenção nas aulas, via outras pessoas, na frente de suas câmeras, em movimentos: desenhando, pintando, esculpindo, etc. No começo eu estranhava. Havia um certo receio de minha parte "será que os professores gostam?". Mas um dia, me peguei divagando durante uma fala, e com o bastidor do lado, resolvi bordar e concomitantemente passei a fazer o que não fazia minutos antes: prestar a atenção no que o outro dizia.

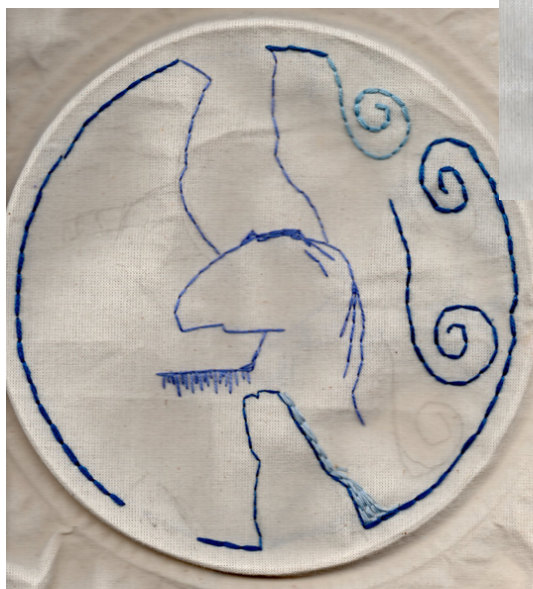
Os dias foram se passando, e a prática foi se tornando uma aliada: o tempo passava mais rápido e eu prestava mais atenção nas aulas enquanto eu bordava.

O mais legal era ver que o movimento crescia. Cada vez mais, mais pessoas faziam coisas enquanto a aula acontecia, o que é entendível, pois estou (estamos) cursando um curso de Artes Visuais.

Devo confessar que hoje em dia, falando do segundo semestre de 2022, o bordado ficou para trás. Hoje eles fazem parte da decoração do meu espaço de estudos/ ateliê, pendurados, o que me ajuda de referência para novas produções, que novamente confessando, também andam paradas.

Mas enfim, para mim, o bordado é prosa, é sol ameno, é foco, mas ao mesmo tempo é leveza... o bordado é bolo, o bordado é Tainá, o bordado é livre.





CURSO DE ENCADERNAÇÃO

SESC POMPEIA

A unidade do Sesc Pompéia oferece cursos semestrais de diferentes técnicas como cerâmica, desenho, pintura, tecelagem, gravura, dentre outras. Dentre essas outras, há os cursos de encadernação, que desde o descobrimento por minha parte, lá por meados de 2019, virou meu "sonho de consumo". Pois cá estamos em 2022, em período de TCC e nada mais relevante para o trabalho que traz a encadernação como um curso de encadernação.

Com duração de 6 aulas, de 3 horas cada, o curso ocorreu/ ocorrerá às quartas-feiras, e teve seu início no dia 24 de agosto. Ele é/ foi ministrado por Kelly Francelina, do ateliê Sossega, Maria!

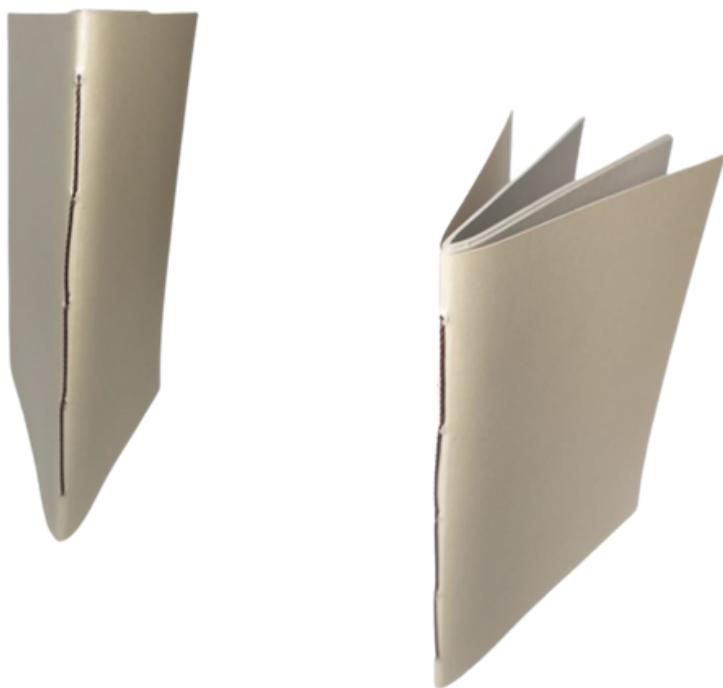
A **primeira aula**, do dia 24, ocorreu com a característica de ser um momento de apresentações, tanto da turma quanto dos materiais a serem utilizados. Também, foram apresentados alguns conceitos básicos da encadernação, assim como um tipo fácil e rápido de costura, a qual pudemos experimentar de forma breve: a borboleta (a mesma na qual foram produzidos os cadernos demonstrados a seguir).

Na **segunda aula**, aprendemos um pouco sobre a nomenclatura das partes de um livro, termos que seriam importantes para o uso durante os próximos encontros. Em relação à parte prática, a ideia era experimentarmos dois tipos de variações da costura aprendida na primeira aula (borboleta). Usei o termo "ideia" porque não foi pos-

-sível concluir os dois tipos de finalizações, pois o tempo de aula é relativamente curto pela quantidade de conteúdo.

Aprendemos a refilar manualmente os cadernos, também. E o que significa refilar? Tornar as bordas iguais, retas, sem rebarbas ou diferenças de tamanhos, lisas.

Pois bem, se na primeira aula trabalhamos com uma costura de 3 furos, nesta aula costuramos um caderno com 5 furos na lombada.



O preparo (dobradura e refilamento dos papéis) dos cadernos de outra variação da costura borboleta aconteceu nesta aula, mas a costura e o preparo da capa ficaram para a próxima.

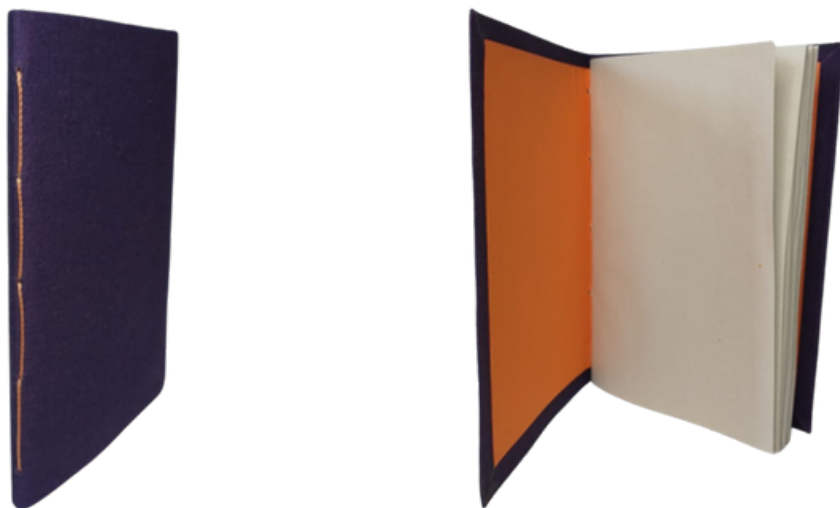
Começamos a **terceira aula** finalizando o caderno começado na segunda aula. Ele possui 5 furos e uma passagem de linha que passa por fora da lombada, além de dois cadernos dentro do conjunto.

O preparo (dobradura e refilamento dos papéis) dos cadernos de outra variação da costura borboleta aconteceu nesta aula, mas a costura e o preparo da capa ficaram para a próxima.

Começamos a **terceira aula** finalizando o caderno começado na segunda aula. Ele possui 5 furos e uma passagem de linha que passa por fora da lombada, além de dois cadernos dentro do conjunto.



Nesta mesma aula começamos o preparo do caderno também com costura borboleta porém com capa flexível revestida com tecido. Na aula, a professora passou o conceito de laminação/ dublagem, que é quando tornamos o tecido numa espécie de papel ao colarmos o tecido em uma superfície de papel, assim, o material fica mais fácil de manusear e com um melhor acabamento.



Na **quarta aula**, começamos a produção do caderno de costura correntinha com lombada flexível e capa rígida revestida com tecido. Nela trabalhamos muito com a prática de acabamentos internos, além de saber mexer com tecidos estampados, de forma que eles não fiquem "desnivelados" (com a estampa torta).

Durante a **quinta aula**, continuamos o processo, não terminado, da aula passada.



Para a **sexta** e última **aula** do módulo, ocorrida no dia 5 de Outubro, estavam previstos dois tipos de encadernação que ficaram para trás devido ao tempo que foi se estendendo durante a produção dos cadernos das últimas semanas: álbum de fotografias Leporello/ Sanfona e álbum de fotografias com box rebaixado. Mais uma vez, como o tempo da aula é curto, só tivemos tempo de produzir um caderno, no caso o Sanfona. Fizemos em tamanho reduzido, o que resultou em um acabamento bastante delicado. Apesar de ser um caderno pequeno, todos da turma tiveram mais dificuldade em produzi-lo, em relação ao tamanho dos já realizados.



O de tipo box rebaixado foi explicado nos últimos minutos da aula, e ficou como promessa de projeto para o próximo módulo, que terá início dia 26 de Outubro, portanto, não será relatado aqui neste trabalho, mas vejo, esse, como um processo de aprendizagem muito importante para os caminhos que talvez o futuro me permita seguir.

Errata

O álbum de fotos com box rebaixado começou a ser produzido na primeira aula do segundo módulo do curso, iniciado no dia 26/10, e finalizado em casa. Aqui vai uma espiadinha do resultado:



OFICINA DE ENCADERNAÇÃO "BAZAR GIRASSOL"

(21/09) SETEMBRO AMARELO

Como eu já tinha conhecimento sobre Encadernação, e continuo exercendo a prática do aprendizado da técnica, fui convidada a dar uma oficina do tipo workshop no Bazar Girassol, localizado em Diadema. A ideia principal era fazer parte de um ciclo de programações voltadas para a reflexão sobre o setembro amarelo (uma campanha de prevenção ao suicídio). E assim, conhecendo minha pesquisa e meu trabalho, fui solicitada a realizar uma roda de conversa que trouxesse um pouco sobre a questão da saúde mental, de uma perspectiva de alguém que sofre com ela, e não de uma profissional, claro.

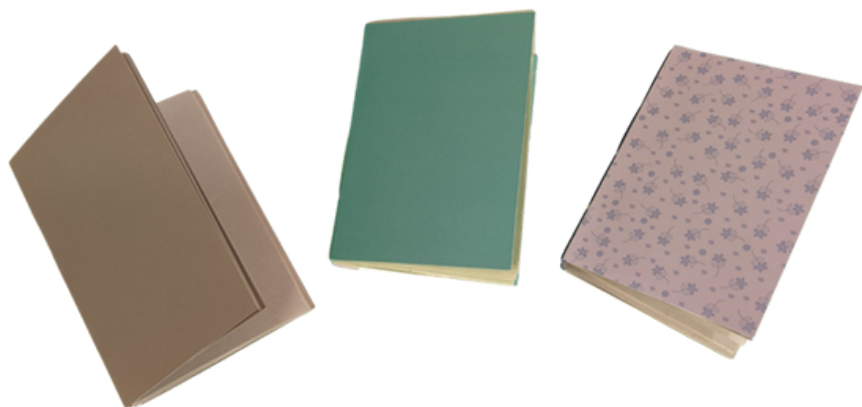
Para criar um gancho de como a arte pode auxiliar no processo do tratamento da pessoa adoecida, trouxe a Encadernação como um exemplo de ajuda, e sugeri o exercício da confecção de um caderno.

Assim, começamos nos apresentando de forma a dizer da onde éramos e qual era nossa relação com a Encadernação ou com o artesanato. Depois, contei um pouco sobre a proposta da oficina, sobre o falar do setembro amarelo, e relatei brevemente a minha experiência com a temática da saúde mental adoecida.

Ao me abrir para a pequena roda de participantes (composta por mais quatro pessoas), eles foram fazendo o mesmo e então contando sobre suas experiências relacionadas à saúde mental. Houve uma troca de histórias e informações muito ricas, que traziam como por exemplo lugares de atendimentos psicológicos gratuitos.

Após a roda de conversa, começamos a oficina de Encadernação, que foi baseada em uma das aulas que tive no curso realizado no Sesc Pompéia.

Aqui vão algumas fotos dos cadernos produzidos pelas participantes.





informações.

Sobre a produção dos cadernos, as participantes apresentaram fácil entendimento na apresentação dos passos e moderada dificuldade na confecção. Uma delas, já possuía algum conhecimento com a técnica na encadernação, e se mostrava bastante animada com a aula. Todas estavam bastante concentradas e ficaram muito satisfeitas com os resultados da elaboração de seus próprios caderninhos.

Durante a oficina, as pautas da conversa se basearam em assuntos das dificuldades do cotidiano. Sendo assim, considero a conversa inicial um disparador para a criação dos laços entre as participantes da oficina (que foram três pessoas, número diferente da participação da roda de conversa) e o sentimento de pertencimento a um espaço acolhedor para a realização de trocas de histórias e



DA PRODUÇÃO DO PAPEL ARTESANAL

RELATO EM CONJUNTO COM A PRODUÇÃO

Tentativa 1 (11/7)

- 10/7 piquei os papéis
- 11/7 tentativa número 1
- O que descobri: "a pressa é inimiga da perfeição"
- Também descobri que a moldura do papel e a combinação da meia calça como tela não é boa> a meia calça é muito fechada, impede a evacuação da água
- Vou tentar comprar outra moldura (maior) e usar o tule como tela, porque é um tecido com maiores aberturas
- Produção de 24 folhas de papel
- 15 utilizáveis (se cortar as rebarbas)> mas cada folha ficará de um tamanho diferente
- 2 inteiras
- O que aconteceu com as outras folhas?> muito finas, ou com rebarbas muito grandes, o que tira grande espaço da folha
- Também descobri que não há como controlar a gramatura das folhas> não exatamente, digo> mas dá para ter noção da espessura através da quantidade de "polpa" de papel que se coloca na bacia com água
- Pensamento: e se não der pra imprimir? Se o papel não for propício para isso... o que fazer?

- "me sinto muito ansiosa com a espera da secagem dos papéis... mesmo sabendo que não estão bons para uso, quero ter a certeza de que eles conseguem ser separados do tecido usado para a secagem, e de que eles ficam inteiros"
- 12/7 "depelagem" da folha do tecido de secagem
- "está dando certo!!!! as folhas estão desgrudando do tecido de forma uniforme! do jeito que elas foram colocadas a partir do molde!"
- Como eu me sinto nesse processo?
- Dia 1> muita ansiedade> sem paciência para ficar pronto
- Dia 2> felicidade e tristeza: felicidade porque os papéis foram soltados do tecido de secagem com facilidade, tristeza porque o teste de impressão no papel deu errado> talvez eu tenha que levar numa gráfica

Produção Primeiro Dia (17/10, segunda feira)

- 20 folhas
 - Primeiro dia de uso do novo "molde"
- "o que é esse molde?">
- objeto composto por dois chassis,
sendo um deles com tela de fibra de
vidro esticada





> na tentativa, foi usado um molde com a tela feita com meia calça fina, porém, como a trama era muito fechada, a água do papel não escorria, e grudava no molde, gerando perda de material

- Com o novo molde, percebo que os papéis saem com uma facilidade MUITO maior

Dia seguinte...

- Não sinto meu corpo... aliás, sinto! Todo dolorido!

- Os papéis estão mais ajeitados aos tecidos, mas ainda bastante molhados.

Acompanhamento da secagem...

- semana de tempo úmido e temperatura baixa, os papéis não secam.

- Ao longo dos dias alguns papéis secam mais rápidos que outros, e alguns chegam a se desgrudarem sozinhos dos tecidos.

- Os papéis estão terminaram de secar na sexta feira, dia 21/10 (dia do aniversário do meu irmão!)> chegando em casa, à meia noite, resolvo desgrudar o restante dos papéis dos tecidos: não há nenhuma perda.

Produção Segundo Dia (24/10, segunda-feira)

- Consigo ter a disponibilidade de uso apenas do meu quarto (na semana anterior tive da sala também), portanto tenho uma quantidade reduzida da produção de papéis: dando uma apertada no espaço do tecido, consegui ajustar 16 folhas.
- Sinto que peguei o jeito da produção: os papéis já não ficam TÃO enrugados, consigo produzir num ritmo mais rápido, as folhas desgrudam mais facilmente do molde, meu corpo doe um tiquinho a menos.
- Por mais que a produção tenha ocorrido num dia ensolarado, os papéis demoraram quase a mesma quantidade de dias que a última remessa para secarem totalmente, assim, só ficaram prontos na quinta-feira. Isso porque a semana não continuou com temperaturas altas, e sim o tempo foi virando.
- Também não obtive perda, apesar de alguns rasgos nos cantos na hora de desgrudá-los (porém, nada que vá atrapalhar o uso após o refile das folhas).

Produção Terceiro Dia (01/11, terça-feira)

- Tempo frio e úmido, nada propício para a produção de papéis, novamente.
- Com o uso da sala e do quarto, a remessa de papéis possui um total de 24 folhas.
- Percebo uma oscilação no número da produção de papéis em relação aos espaços. Acredito que isto se dá devido uma dificuldade em realizar o cálculo do espaço a ser utilizado na hora de dispor as folhas.

Produção Terceiro Dia (1/11, terça-feira)

- Com a disponibilidade da sala e do quarto, produziu um total de 24 folhas.
- A secagem ocorre de forma bem rápida, em um dia e meio, mesmo com o clima úmido e frio. Acredito que isso tenha ocorrido porque durante a produção, consegui tirar bastante água dos papéis com a esponja, portanto, eles ficaram menos úmidos. Ok, acho que a palavra certa é "aprendi": aprendi a fazer certo, ou pelo menos do jeito que eu considere certo. :)

Produção Quarto Dia (4/11, sexta-feira)

- Resolvi fazer papéis com o resto de "polpa" que havia sobrado da última leva: rendeu 8 folhas.
- As folhas saíram finas, devido a pouca quantidade de "polpa" de papel.

PROCESSO DE PRODUÇÃO DOS PAPÉIS



Papéis picotados



Papéis batidos no liquidificador (com água)



Preparo para a confecção dos papéis



Papéis em secagem



CONCLUSÃO

Nessa pesquisa pude falar sobre uma temática que tanto me movimenta há anos. Pude falar sobre o que acontece comigo e com outras tantas milhares de pessoas espalhadas pelo mundo: o adoecimento mental.

Mas pude relatá-lo não de qualquer perspectiva, e sim de uma visão que carrega o viés da arte como auxílio, como suporte, como uma amiga que estende a mão em momentos de necessidade.

E a arte, para mim, tem um significado muito especial, pois cresci acompanhando aulas dessa disciplina, regidas por meu pai, "o professor de Artes, Edilson". Cresci, privilegiadamente, em, e através de, passeios culturais. E falando em privilégio, tive o de cursar Artes Visuais numa Universidade pública.

Durante minha jornada na graduação, me dei conta de um quadro depressivo, e me deparei com a gravidade da doença que assola cada vez mais a sociedade. Ao ser diagnosticada com depressão, descobri também o diagnóstico de borderline, e da descoberta de borderline, insisti naquilo que me auxiliava a seguir em frente: a Arte.

A graduação me fez olhar pra mim. A graduação me fez olhar para a Arte. A graduação me fez olhar para a Arte/ Educação. E isso tudo, nada mais justo, partindo do concreto de que estou me graduando tanto em bacharel quanto em licenciatura em Artes Visuais...

Mas voltando para a Arte/ Educação, a graduação me fez olhar para o professor, para o educador. Me fez olhar para sua jornada, para minha possível futura jornada, e me fez pensar em sua tamanha carga e importância. A graduação também me fez olhar para o estudante com empatia. E assim, me fez pensar em discussão: devemos discutir sobre saúde mental!

E a Arte? Onde se encontra nisso tudo? A Arte é respiro. Arte é fruição, é estética, mas também pode ser terapêutica. E mesmo este não sendo um trabalho de Psicologia, pode-se reconhecer as propriedades terapêuticas da Arte: falo da minha experiência pessoal. Durante a produção deste TCC, produzi folhas de papéis reciclados/ artesanais. Durante a pandemia, produzi inúmeros bordados. Durante os últimos meses, tive aulas de encadernação, técnica que tanto me custa o brilho no olhar. E isso tudo para dizer que apesar da correria e cansaço de um ano de TCC, da dor nas costas do picotar, do bater no liquidificador, do moldar e desmoldar papéis, no final dos dias, das semanas, eu me sentia feliz em realizar o trabalho que estava realizando, e que estou finalizando.

BIBLIOGRAFIA

ANDRIOLO, Arley. **A "Psicologia da Arte" no Olhar de Osório Cesar: Leituras e Escritos**. Psicologia, Ciência e Profissão, São Paulo, v. 23, ed. 4, p. 74-81, 2 jan. 2004.

AVERSA, Paula Carpinetti. **Vibrações: a arte/educação nas práticas e no discurso em saúde mental**. Dissertação (Mestrado em Artes Visuais) - Instituto de Artes, Universidade Estadual Paulista. São Paulo, 2012.

COUTINHO, Rejane Galvão. **Vivências e experiências a partir do contato com a arte**. In: TOZZI, COSTA e HONÓRIO (org.) Educação com Arte. São Paulo:FDE, 2004.

FRAYZE-PEREIRA, João A. **Nise da Silveira: imagens do inconsciente entre psicologia, arte e política**. Mulher, mulheres, [s. l.], v. 17, ed. 49, p. 197-208, 18 fev. 2004.

LANIER, Vincent. **Devolvendo a arte à arte educação**. In: BARBOSA, Ana Mae (org). Arte/Educação: leituras no subsolo. São Paulo, 1989.

MARINHO, Maria Teresa Quintas. **Arteterapia e Arte Educação: Convergências e Divergências**. Orientador: Henrique Pereira. 2004. 41 f. Tese (Pós Graduação) - Universidade Candido Mendes, Niterói, 2004.
Disponível em:
http://www.avm.edu.br/docpdf/monografias_publicadas/N170353.pdf

MATTA, Karen Weizenmann da. **Evasão universitária estudantil : precursores psicológicos do trancamento de matrícula por motivo de saúde mental**. 2011. 129 f. Dissertação (Mestrado em Psicologia Clínica e Cultura)–Universidade de Brasília, Brasília, 2011.

REIS, Alice Casanova dos. **Arteterapia: a Arte como Instrumento no Trabalho do Psicólogo**. PSICOLOGIA: CIÊNCIA E PROFISSÃO, CESUSC (Complexo de Ensino Superior de Santa Catarina), v. 34, ed. 1, p. 142-157, 2014. Disponível em: <https://www.scielo.br/j/pcp/a/5vdgTHLvfkzynKFHnR84jqP/?lang=pt>.

SILVA, Lariela Carolina. **A formação do licenciando em artes visuais: preparando o arte/ educador para lidar com o comprometimento da saúde mental de estudantes na educação formal**. Orientador: Rejane Galvão Coutinho. 2022. 225 p. Iniciação Científica (IC) - Universidade Estadual Paulista "Júlio de Mesquita Filho", [S. l.], 2021.

STRADIOTTO, Júlia. **Rasgos: uma investigação sobre autobiografia, bordado e doença**. Revista-Valise, Porto Alegre, ano 11, v. 11, n. 18, p. 90-102, 2021.

ZARAGOZA, José Manuel Esteve. **O mal estar docente: a sala-de-aula e a saúde dos professores**. 1. ed. Bauru, SP: EDUSC, 1999. 176 p. ISBN 8586259373.

