

COMO A ARTE-TERPAIA , A CONTAÇÃO DE HISTÓRIAS E A MUSICALIZAÇÃO AUXILIAM O PROFESSOR NO PROCESSO DE ANSIEDADE EM CRIANÇAS

Fernanda Munhão

Formada em Jornalismo, Letras, Pedagogia com mestrado em Literatura.

Siga nossas Redes Sociais



ANSIEDADE E AS CRIANÇAS:

- medo quando está longe dos pais (ansiedade de separação);
- medo extremo de uma coisa ou situação específica (fobias);
- muito medo de lugares onde há pessoas (ansiedade social);
- excesso de preocupação com o futuro e com coisas ruins que possam acontecer (ansiedade geral);
- episódios repetidos de medo intenso repentino, inesperado e associado a sintomas como palpitação, dificuldade para respirar, tontura, tremores ou suor (transtorno do pânico).

ANSIEDADE E A ARTE TERAPIA:

As atividades de arte terapia são indicadas para reduzir os sintomas cognitivos e comportamentais da ansiedade, sendo elas: pintura, desenho, colagem, entre outras.

1. Contação de histórias
2. Música (musicalização)

ANSIEDADE E AS HISTÓRIAS



ANSIEDADE E AS HISTÓRIAS

- As crianças não tem recursos interiores para processar e digerir sozinhas seus sentimentos inquietantes. Elas precisam de ajuda.
- Adulto empático.
- A linguagem cotidiana não é a linguagem natural dos sentimentos.
- Adulto = domínio do pensamento – sentimento.
- Criança = domínio da imaginação – sentimento. Ex: Titanic e os cactos

ANSIEDADE E AS HISTÓRIAS

“Vamos observar a vida desses personagens em vez de olhar diretamente para você.” p.34 - Margot Sunderland

Assim a criança não se sente exposta, humilhada, embaraçada.



ANSIEDADE E A MÚSICA

No trabalho com música os sons possuem um caráter lúdico de grande valia, pois além de proporcionar prazer, reduzem o nível de ansiedade, trazendo bem estar, relaxamento.

ANSIEDADE E A MÚSICA

- A música tem a capacidade de atuar sobre o corpo humano modificando seu padrão emocional e vibracional.
- Para cada pessoa a música terá efeitos diferentes.
- Em uma pessoa, determinada música pode mobilizar emoções fortes, já em outra, a mesma música pode apenas evocar um estado de bem estar.



HISTÓRIAS E MÚSICAS PARA RELAXAR



Siga nossas Redes Sociais



www.rhemaeducacao.com.br