



CONEPÉ 2021

8.º CONGRESSO DE ENSINO, PESQUISA E EXTENSÃO

ENSINO, SAÚDE E MEIO AMBIENTE: O IMPACTO DAS INOVAÇÕES TECNOLÓGICAS

de 22 a 26 de novembro de 2021

ISSN 2525-975X

NeuroArt: autocuidado e bem estar

B.I.A.S. Ferreira^{1*}; J.D. Terra²; K.G. Willima³; N.T.C. Natalini⁴; I.S. Lima⁵

¹⁻⁵ Afiliação-IFFluminense

*email do apresentador: bianca.ferreira@iff.edu.br

Resumo: O desenvolvimento do autocuidado e bem estar é um desafio, sobretudo porque os índices de estresse, depressão, baixa autoestima, desemprego vem aumentando significativamente com o surgimento da Pandemia de COVID-19. O projeto NeuroArt consiste na criação de estratégias para o desenvolvimento competências criativas, metacognitivas e socioemocionais que possibilitem o bem estar e, conseqüentemente, a sincronia com seus projetos de vida e a permanência em seus estudos, trabalho, vida social e afetiva. O espaço físico do situa-se na sala 123.6, Bloco B no IFFluminense campus Centro em parceria com o projeto Ateliê Criativo. Os objetivos deste projeto são: incentivar o desenvolvimento do indivíduo através da atenção em seus pensamentos, sentimentos e ações, exercitando a autopercepção; o autoconhecimento; o autocuidado e ampliando as possibilidades de autorregulação e bem estar. O público atendido consiste na comunidade interna e externa do IFFluminense. Este projeto foi criado no ano de 2021, tendo a primeira edição realizada até abril e a segunda edição de maio a dezembro deste ano. Os procedimentos adotados são: parcerias com o projeto “Ateliê Criativo: espaço de transformatividade” e com 18 estagiários do curso de pós-graduação em Arteterapia em educação e Saúde do Instituto Ser e Crescer para a oferta de oficinas semanais, online e ao vivo, pela plataforma Zoom, com duração de sessenta minutos, com duas turmas sendo uma às quartas-feiras e outra às sextas-feiras. As oficinas englobam o processo de partilha de sentimentos, emoções e percepções de si mesmo acerca das vivências cotidianas após sensibilização com processos artísticos propiciadas a partir das oficinas do Projeto Ateliê Criativo. Como resultado tem-se 356 inscritos espalhados entre 33 municípios brasileiros, alcançando um total de 10 estados. No ano de 2021 foram realizados 104 encontros ao todo, tendo como proposta de encerramento a apresentação de um vídeo com depoimentos hospedado no blog <https://ateliemcriativoiff.wordpress.com/>.

Palavras-chave: Cultura, Autocuidado, Bem estar.

Instituição de Fomento: Instituto Federal Fluminense