

HUMANISMO E DESENVOLVIMENTO DE HABILIDADES DE AUTOEXPRESSÃO EM CRIANÇAS

Ana Paula da Silva Kopsel
André Marcos Spiecker Gasparin

Resumo

A psicologia humanista, influenciada principalmente por Carl Rogers e Abraham Maslow, propõe uma abordagem focada no indivíduo, no potencial humano e na importância da experiência subjetiva. "O indivíduo possui uma tendência formativa inata que o leva a buscar realização e crescimento. Para que isso ocorra, é essencial que ele tenha liberdade para explorar sua experiência e criatividade em um ambiente de aceitação e compreensão." (Rogers, 1977, p. 55). Quando aplicada ao contexto infantil, a abordagem humanista oferece um ambiente de aceitação incondicional, empatia e autenticidade, favorecendo o desenvolvimento de habilidades de autoexpressão nas crianças. Segundo Axline (1972), a ludoterapia de base humanista, por seu caráter não-diretivo e pela confiança na capacidade de desenvolvimento individual, possibilita que a criança se conecte com seus próprios sentimentos de maneira espontânea, no momento em que se sentir pronta e segura para isso. Dessa forma, esse modelo de ludoterapia se torna uma estratégia valiosa para permitir que a criança expresse os sentimentos que surgem em resposta às interações que vivencia, apoiando também seu processo de desenvolvimento. Durante meu estágio, tive a oportunidade de aplicar a abordagem humanista no atendimento a crianças, priorizando a

criação de um ambiente seguro, acolhedor e não-diretivo. Seguindo os princípios de aceitação incondicional, empatia e autenticidade, observei como essas práticas facilitam o desenvolvimento da autoexpressão infantil. Por exemplo, a Ludoterapia se refere ao tratamento psicoterápico voltado à criança cujo objetivo é facilitar sua autoexpressão (Axline, 1972), em uma sessão de ludoterapia com uma criança de 7 anos, ofereci liberdade total para que ela explorasse os brinquedos disponíveis na sala. Ela escolheu brincar com a casinha terapêutica, movendo os bonecos entre os cômodos e criando suas narrativas. Durante o brincar, a criança organizava papéis familiares e buscava soluções criativas para superar desafios, como construir escadas improvisadas com peças de Lego. Essa interação permitiu que ela projetasse sentimentos e conflitos internos, ao mesmo tempo em que explorava sua autonomia em um ambiente seguro e acolhedor. A autoexpressão por meio do brincar, permite que as crianças se comuniquem sem depender da linguagem verbal e explorem seus sentimentos de maneira livre e criativa. A criança pode encontrar um meio de expressão de seus sentimentos e emoções através do lúdico (Barreto & Rocha, 2015). Um exemplo de aplicação prática dessa abordagem é o uso de terapias expressivas, como a arteterapia, onde a criança pode expressar-se através de desenhos, pinturas com lápis ou tintas, esculturas com argila, e massinhas de modelar e outras formas de arte. A criança pode projetar suas experiências internas e explorar livremente suas emoções e percepções, permitindo uma comunicação mais profunda de sua individualidade e de seus conflitos internos. Em uma sessão, disponibilizei materiais como lápis de cor, tintas e massinhas de modelar. Uma das crianças, inicialmente tímida, começou a desenhar espontaneamente e, em seguida, quis reproduzir um desenho que eu havia feito. Essa troca criou um vínculo significativo e reforçou sua autoestima, permitindo que ela se conectasse com suas emoções de forma autêntica. Além disso, tive outra experiência com um menino que se interessava por carrinhos, construindo rampas e obstáculos para simular trajetórias. Ele utilizava sons de motor e criava histórias sobre superar barreiras, evidenciando como o brincar era uma forma de expressão emocional. Nesses

momentos, minha postura como terapeuta, oferecendo validação e acolhimento, ajudava a criança a sentir-se compreendida em suas particularidades. Para enfrentar as exigências atuais, é fundamental que, desde a infância, se incentive o desenvolvimento de um repertório variado de habilidades sociais, incluindo o autocontrole e a expressão emocional. Essas habilidades envolvem, principalmente, o reconhecimento e a nomeação de sentimentos, a expressão das próprias emoções e a capacidade de lidar com esses sentimentos (Del Prette & Del Prette, 2013). Uma criança tem uma clara perspectiva de seus valores e subjetividade ligada à experiência vivida, que vai se distorcendo na medida em que fica à mercê das circunstâncias de aprovação dos adultos e de uma aceitação condicional (Rogers, 1977). Em conclusão, a psicologia humanista oferece uma abordagem terapêutica valiosa para o desenvolvimento da autoexpressão em crianças, proporcionando um ambiente seguro e acolhedor, onde a criança pode explorar suas emoções e pensamentos de forma autêntica e criativa. Através da ênfase na aceitação incondicional, empatia e liberdade, práticas como a arteterapia e a ludoterapia permitem que a criança se conecte consigo mesma, expresse seus sentimentos e lide com suas dificuldades de maneira espontânea e segura. O modelo humanista, especialmente por meio da ludoterapia, auxilia no processo de desenvolvimento emocional e adaptação da criança, favorecendo seu equilíbrio emocional e habilidades sociais essenciais, como o autocontrole e a expressão emocional. Dessa forma, essa abordagem não apenas contribui para o bem-estar da criança no presente, mas também apoia a construção de uma base sólida para seu crescimento pessoal e social no futuro.

REFERÊNCIAS.

- A importância da obra de C. Rogers. (1988). A importância da obra de C. Rogers. *Psicologia: Ciência E Profissão*, 8(1), 34-36. <https://doi.org/10.1590/S1414-98931988000100018>
- Oliveira, C. G. de. (2023). A ludoterapia e sua importância no processo terapêutico pelo viés da psicologia humanista. Ipatinga.

Lessa, T. C. R., Prette, A. D., & Prette, Z. A. P. D.. (2022). TREINAMENTO DE HABILIDADES SOCIAIS EM ALUNOS DE GRADUAÇÃO: UMA REVISÃO SISTEMÁTICA. *Psicologia Escolar E Educacional*, 26, e236195. <https://doi.org/10.1590/2175-35392022236195>

Moreira, V.. (2010). Revisitando as fases da abordagem centrada na pessoa. *Estudos De Psicologia (campinas)*, 27(4), 537–544. <https://doi.org/10.1590/S0103-166X2010000400011>

ROGERS, Carl. Tornar-se Pessoa. São Paulo: Martins Fontes, 1977.

Vasconcelos, A., & Souza, S.. (2022). O Infinito Infantil: Caminhos de Alteridade na Ludoterapia de Axline. *Psicologia: Teoria E Pesquisa*, 38, e38415. <https://doi.org/10.1590/0102.3772e38415.pt>

kopselana@yahoo.com

andre.m@unoesc.edu.br