

# ARTETERAPIA



**Arteterapia** é uma disciplina híbrida baseada principalmente nas áreas das artes e da psicologia . Ela possui história e teorias próprias e é aplicada por profissionais habilitados por cursos de especialização e/ou mestrado em arteterapia. Na prática, a arteterapia consiste do uso de recursos artísticos/visuais ou expressivos como elemento terapêutico. A arte criada em arteterapia pode ser explorada com fim em si (arteterapia - foco no processo criativo, no fazer) ou na análise/investigação de sua simbologia (arte como terapia) . Durante a sessão de arteterapia a pessoa é convidada a explorar aspectos do seu consciente ou inconsciente por meio da expressão artística (pintura, desenho, modelagem, escultura, poesia, dança, etc). Variados autores definiram a Arteterapia, todos com conceitos semelhantes no que diz respeito à auto-expressão. Segundo a Associação Brasileira de Arteterapia, é um modo de trabalhar utilizando a linguagem artística como base da comunicação cliente-profissional. Sua essência é a criação estética e a elaboração artística em prol da saúde. Em arteterapia o próprio artista/paciente/cliente é quem faz a interpretação de suas criações. Cabendo ao arteterapeuta apenas instigar esta investigação. Diferente das terapias tradicionais, que consiste principalmente das projeções que ocorrem entre terapeuta e paciente, em arteterapia existe uma relação triangular: o arteterapeuta, o paciente, e a arte (criada em terapia).

O uso de recursos artísticos com finalidades terapêuticas começa a ser incentivado no início do século XIX, pelo médico alemão Johann Christian Reil, contemporâneo de Pinel. Este profissional estabeleceu um protocolo terapêutico, com finalidade de cura psiquiátrica onde incluiu o uso de desenhos, sons, textos para estabelecimento de uma comunicação com conteúdos internos. Estudos posteriores traçaram relações entre Arte e Psiquiatria, sendo que um profissional que também utilizou o recurso da arte aplicado à Psicopatologia foi Carl Jung, que passou a trabalhar com o fazer artístico, em forma de atividade criativa e integradora da personalidade:

"Arte é a expressão mais pura que há para a demonstração do inconsciente de cada um. É a liberdade de expressão, é sensibilidade, criatividade, é vida" (Jung, 1920).

No Brasil, podem ser elencados os trabalhos desenvolvidos por Ulysses Pernambucano já no início do século XX, trabalho que estimulou a escrita da monografia de Silvio Moura, apresentada em 1923 e intitulada como "Manifestações artísticas nos alienados". Outro nome de importância é Osório César, que desenvolveu sua prática e pesquisas no Hospital do Juquery, na

cidade de Franco da Rocha-SP. Publicou em 1929 o livro "A expressão artística nos alienados", onde propõe uma forma de compreender as produções artísticas destes indivíduos. No hospital é inaugurada, oficialmente, a Oficina de Pintura em 1923 e a Escola Livre de Artes Plásticas em 1949. Outro nome importante no país é de Nise da Silveira, que desenvolveu seu trabalho no Hospital Engenho de Dentro no Rio de Janeiro.

A Arteterapia na atualidade: Apesar de algumas correntes renegarem o extremo valor de Lou de Olivier, é necessário frisar sua brilhante atuação não só em Arteterapia mas em áreas correlatas, iniciando na década de 80 e estendendo-se até os dias atuais, implantando no Brasil a diversificação nos tratamentos Arteterapêuticos e inclusive sendo reconhecida como precursora da Multiterapia, que reúne varias vertentes artísticas e terapêuticas. Este reconhecimento oficial pode ser comprovado nas paginas 279 e 280 do livro Brasil de todos os povos/São Paulo, sua Historia, seus monumentos - Destaques e Personalidades - do ano de 2009, do Instituto Biográfico Brasileiro. E também nas paginas 532 e 533 do Dicionário de Mulheres - Volume II - da Historiadora Hilda Flores. Nestas duas publicações pode-se comprovar a grande contribuição de Lou de Olivier para a Arteterapia, a Arte e também a Educação e Saúde no Brasil. Lou de Olivier também consta como Dramaturga na Enciclopédia de Literatura Brasileira - Volume I - paginas 187, 405 e 670 da Fundação Biblioteca Nacional - Academia Brasileira de Letras - 2001- (Original de Universidade de Michigan). Organizado por Afrânio Coutinho e José Galante Sousa - Global Editora - RJ - Brasil. A revista Psique do mês de maio/2012 publicou um excelente artigo de Lou de Olivier onde se pode ler toda a evolução da Arteterapia desde a Grécia antiga até os dias de hoje culminado com a técnica por ela desenvolvida. Sua biografia e a técnica por ela criada também podem ser consultadas em livros de sua autoria especialmente Psicopedagoga e Arte terapia - Teoria e pratica na aplicação em clinicas e escolas. A tecnica de Lou de Olivier foi aplicada em diversas clinicas e escolas sendo as principais, Clinica Psiconeuroarte, Espaço Cultural Dra. Lou de Olivier e posteriormente Centro de Referencia e Estudo em Multiterapia, cuja função principal foi desenvolver tratamentos arteterapeuticos englobados a outros tratamentos terapeuticos em geral.

Em sua biografia oficial Natalie Rogers, filha de Carl Rogers cita ter fundado em 1984 o Instituto de Terapia Expressiva Centrada na Pessoa em Santa Rosa - Califórnia. Neste instituto desenvolveu trabalho expressivo; pintura, modelagem, expressão corporal, teatro, dança, música, poesia e mímica. Postula que a expressão deve ser verbalizada e compreendida pelo próprio cliente, e não interpretada pelo terapeuta. Posteriormente transformou-se em Centro de Artes Expressivas associadas e todo o material coletado nestes anos foi publicado em seu livro A conexão criativa: Artes Expressivas como cura (1993). Ainda segundo a biografia oficial, o referido Instituto

encerrou atividades após 19 anos porém pela data citada como sendo do encerramento , 2005, temos vinte e um anos de funcionamento e não 19 como é citado na própria biografia.

Hoje este campo se ampliou, com a Arteterapia estando inserida em diversos campos e com a formulação, proposta pela União Brasileira das Associações de Arteterapia - UBAAT, de critérios mínimos que norteiam a formação deste profissional.

São citados também como nomes importantes nesta área: Margaret Naumburg Florence Cane Hanna Yara Kiatkwaka Edith Kramer Janie Rhyne

A prática da Arteterapia pode ser baseada em diferentes referenciais teóricos, como a Psicanálise, a Psicologia Analítica, a Gestalt-terapia, dentre outras abordagens advindas especialmente do campo da Psicologia, que considera fundamental a compreensão do arteterapeuta acerca do ser humano. Desta forma, os conceitos em Arteterapia diferenciam-se amplamente conforme a abordagem seguida pelo arteterapeuta.

No caso da prática arteterapêutica pautada na Psicologia Analítica, aponta-se que, para Jung, a arte tem finalidade criativa, e a energia psíquica consegue transformar-se em imagens e, através dos símbolos, colocar seus conteúdos mais internos e profundos. De acordo com o pensamento junguiano, deve-se observar os sonhos, pois são criações inconscientes que o consciente muitas vezes consegue captar, e junto ao terapeuta pode-se buscar sua significação.

No volume XI de Obras Completas de Freud, ele relata que frequentemente experimentamos os sonhos em imagens visuais, sentimentos e pensamentos, sendo mais comum na primeira forma. É parte da dificuldade de se estimar e explicar sonhos deve-se à dificuldade de traduzir essas imagens em palavras. Muitas vezes, quando as pessoas sonham, dizem que poderiam mais facilmente desenhá-los que escrevê-los. De acordo com escritos freudianos, as imagens escapam com mais facilidade do superego do que as palavras, alojando-se no inconsciente e por este motivo o indivíduo se expressa melhor de forma não verbal. A necessidade da comunicação simbólica origina-se deste pressuposto, como forma de auto-conhecimento no tratamento terapêutico. Quanto à Arteterapia de Orientação Psicanalítica, um autor que traz importantes contribuições teóricas é Donald Woods Winnicott. Ele foi um pediatra e posteriormente psicanalista inglês que desenvolveu uma teoria sobre o desenvolvimento emocional que dava grande importância para a criatividade como um elemento atrelado à Saúde. Além disto, instaurou o recurso do grafismo nos atendimentos que realizada, denominando a técnica criada como Jogo do Rabisco. É um autor que dá grande importância para a relação estabelecida entre paciente e terapeuta, mais do que para a

verbalização de interpretações dos possíveis conteúdos inconscientes que podem estar presentes nas produções.

Partindo do princípio de que muitas vezes não se consegue falar a respeito de conflitos pessoais, a Arteterapia propõe recursos artísticos para que sejam projetados e analisados todos esses processos, obtendo-se uma melhor compreensão de si mesmo, e podendo ser trabalhados no intuito de uma libertação emocional.

A Arteterapia baseia-se na crença de que o processo criativo envolvido na actividade artística é terapêutico e enriquecedor da qualidade de vida das pessoas. Por meio do criar em arte e do reflectir sobre os processos e os trabalhos artísticos resultantes, pessoas podem ampliar o conhecimento de si e dos outros, aumentar a auto-estima, lidar melhor com sintomas, stress e experiências traumáticas, desenvolver recursos físicos, cognitivos, emocionais e desfrutar do prazer vitalizador do fazer artístico.

As linguagens plásticas, poéticas e musicais, dentre outras, podem ser mais adequadas à expressão e elaboração do que é apenas vislumbrado, ou seja, esta complexidade implica na apreensão simultânea de vários aspectos da realidade. Esta é a qualidade do que ocorre na intimidade psíquica: um mundo de constantes percepções e sensações, pensamentos, fantasias, sonhos e visões, sem a ordenação moral da comunicação verbal do cotidiano.

Uma obra de arte consegue, por si só, transmitir sentimentos como alegria, desespero, angústia e felicidade, de maneira única e pessoal, relacionadas ao estado espiritual em que se encontra o autor no momento da criação.

A utilização de recursos artísticos (pincéis, cores, papéis, argila, cola, figuras, desenhos, recortes, etc.) tem como finalidade a mais pura expressão do verdadeiro self, não se preocupando com a estética, e sim com o conteúdo pessoal implícito em cada criação e explícito como resultado final. Contudo, as técnicas de utilização dos materiais, acima citados, são para simples manuseio dos mesmos, e não para profissionalização ou comercialização.

A Arteterapia tem como principal objetivo atuar como um catalisador, favorecendo o processo terapêutico, de forma que o indivíduo entre em contato com conteúdos internos e muitas vezes inconscientes, normalmente barrados por algum motivo, assim expressando sentimentos e atitudes até então desconhecidos. Arteterapia é benéfico para pessoas de qualquer idade, sendo utilizado tanto para o auto-conhecimento e auto-expressão, como também nos casos de doenças mentais.

A Arteterapia resgata o potencial criativo do homem, buscando a psique saudável e estimulando a autonomia e transformação interna para

reestruturação do ser. Propõe-se então, a estruturação da ordenação lógica e temporal da linguagem verbal de indivíduos que preferem ou de outros que só conseguem expressões simbólicas. A busca da terapia da arte é uma maneira simples e criativa para resolução de conflitos internos, é a possibilidade da catarse emocional de forma direta e não intencional.

O que é a arteterapia?

A arteterapia nada mais é do que uma disciplina híbrida cujas bases residem nas mais variadas formas de arte e também da psicologia, sendo uma forma de terapia que procura aliar e extrair o que há de melhor, tanto nas artes de um modo geral, quanto na psicologia.

Estruturada como terapia complementar de vulto, a arteterapia se apresenta como uma alternativa que começa a ser muito utilizada em tratamentos importantes para problemas e transtornos, com resultados realmente satisfatórios.

Os profissionais qualificados e devidamente habilitados para aplicar as técnicas da arteterapia são conhecidos como arteterapeutas, que vamos conhecer mais a seguir, procurando entender especialmente quais são as suas atribuições.

As origens da arteterapia remetem ao século XIX, quando o médico alemão chamado Johann Christian Rell criou e estruturou uma espécie de protocolo terapêutico que serve de base aos profissionais da área até os dias de hoje.

As atribuições de um arteterapeuta

O profissional que aplica as técnicas da arteterapia é chamado de arteterapeuta, e suas atribuições estão relacionadas às práticas artísticas em praticamente todas as suas manifestações relacionadas aos processos terapêuticos.

O arteterapeuta costuma usar elementos da música, da pintura, do desenho e de outras coisas para catalisar sentimentos, procurando dar ao indivíduo totais condições para que ele consiga extravasar tudo que o impede de desenvolver melhor seu autoconhecimento, entre outras coisas.

Atualmente, é comum ver um arteterapeuta atuando em tratamentos direcionados a pessoas de praticamente todas as idades, com resultados para lá de satisfatórios, o que torna esta terapia complementar cada vez mais apreciada e recomendada para tratamentos psicológicos.

Uma pessoa com problemas consegue se expressar melhor por meio de elementos da música, da escrita, da pintura, do desenho e da dança, e por este motivo, a arteterapia está cada vez mais sendo empregada para tratamentos psicológicos.

Portanto, um arteterapeuta é o profissional que emprega a arte para ajudar em tratamentos terapêuticos de ordem psicológica de indivíduos que apresentam transtornos dos mais variados.

As cores no processo de Arteterapia ajudam os usuários dependentes de substâncias psicoativas hospitalizadas e em fase de desintoxicação a encontrar em si próprio, recursos para enfrentar as dificuldades e a se expressar e comunicar seus conteúdos psíquicos. Bem como auxiliam na avaliação do processo terapêutico (VALLADARES et al., 2008). As emoções são consideradas acontecimentos involuntários que se manifestam subitamente devido a alguma necessidade consciente ou inconsciente. Por terem fortes propriedades expressivas as cores acabam tendo relação com os estados emocionais dos indivíduos, daí a possibilidade do uso no tratamento terapêutico. Segundo Jung as cores tem a possibilidade de exprimir as principais funções psíquicas do homem sendo elas o pensamento, o sentimento, a intuição e a sensação, com representação a cor azul - cor do céu, do espírito no plano psíquico e do pensamento, o amarelo - cor da luz, do ouro e da intuição, o vermelho - cor da paixão, do sangue e do sentimento e o verde - cor da natureza, do crescimento no plano psíquico e cor das sensações (URRUTIGARAY, 2008). A definição do termo dependência química é uma dificuldade visto a grande ocorrência de sinônimos para tal conceituação. São utilizados diversos termos que caracterizam o consumo de uma substância psicoativa, dentre elas o consumo para lazer, o experimental, o perigoso, o ocasional, o leve, o moderado, o patológico e o grave (CABALLO & SIMÓN, 2007). Diante desses parâmetros a dependência de drogas pode ser definida como uma preocupação constante do indivíduo em conseguir a droga psicoativa, para uso compulsivo seguido por um padrão de recaída recorrente, com caráter urgente em períodos de abstinência episódicas ou impelidas pela necessidade de largar o agente psicoativo (CABALLO & SIMÓN, 2007).

Segundo Lefèvre (1999, Fagali, 2005 apud FRANCISQUETTI, 2005) “Saúde e doença não devem jamais ser vistas como propriedade de qualquer tipo de ciência, prática, corporação: não faz qualquer sentido, por exemplo, considerar que a saúde pertence à saúde pública e a doença à Medicina; ou que a doença clínica pertence à Medicina e a doença coletiva à epidemiologia”.

Sendo assim a Arteterapia, pode-se dizer, serve como instrumento para validar este pensamento do referido autor, ainda seguido das palavras de Carl Gustav Jung (1920 apud Urrutigaray, 2006), que diz: “A Arte é a expressão mais pura que há para demonstração do inconsciente de cada um. É a liberdade de expressão, é sensibilidade, criatividade, é vida”. O inconsciente faz parte do indivíduo, influi no seu equilíbrio, no seu estado de saúde e na sua relação com o mundo. A Arteterapia é uma Ciência fundamentada em Medicina e Artes em geral, que através de fundamentação teórica, se propõe a aliviar ou curar os indivíduos através da expressão artística, priorizando o processo criativo. Atua através de muitas manifestações: Psicodrama, Teatro Terapêutico, Biodança, Expressão Corporal, Escultura, Desenho, Pintura (Oliver, 2008), ajudando também no diagnóstico, por isso se aplica à saúde mental. A Arteterapia cuida do ser humano na sua essência, integrando as áreas básicas: neurológica, cognitiva, afetiva e emocional, aprimorando as funções egóicas: percepção, atenção, memória, pensamento, capacidade de previsão, exploração, execução, controle da ação, além de sua função social (FRANCISQUETTI, 2004 apud CIORNAI, 2004). É comum a confusão entre Arte como Terapia e Arteterapia e até ArteEducação. Alguns professores de Artes, muitas pessoas leigas, outras que produzem algum tipo de Arte ou Artesanato, muitas vezes se intitulam, de forma equivocada, “Arteterapeutas”. Por conta disso, muitas pessoas se perdem em informações erradas, acreditando que Arteterapia, como tantas outras técnicas consideradas alternativas, é uma espécie de curandeirismo (Oliver, 2008). Há uma outra espécie de confusão: a de achar que Arteterapia e Terapia Ocupacional são a mesma coisa. Esta confusão se dá pelo fato de ambas trabalharem com a linguagem artística, embora seus objetivos se distanciem. Porém a Terapia Ocupacional se localiza mais no campo da reabilitação e consiste no tratamento através de atividades que buscam a recuperação da função humana, promovendo o indivíduo na esfera biopsicossocial, devendo ser aplicada onde houver limitação funcional, seja de caráter físico, mental ou social.

No sentido etimológico, original e grego, o significado de símbolo é “lançar coisas de tal forma que elas permaneçam juntas. Num processo complexo significa re-unir as realidades, congregá-las a partir de diferentes pontos e fazer convergir diversas forças num único feixe” (Boff, 1999 apud Urrutigaray, 2006). Os objetivos da Arteterapia, na visão junguiana, são o de apoiar e o de gerar instrumentos apropriados, para que a energia psíquica forme símbolos em variadas produções, o que ativa a comunicação entre o inconsciente e o consciente (Philippini, 2000). As expressões artísticas têm o poder de cura no sentido de possibilitar a expressão das sensações, percepções e sentimentos, ao indivíduo ou ao grupo, libertando da rigidez e dos aprisionamentos que se apresentam como doenças (FAGALI, 2004 apud Ciornai, 2004).

A psiquiatra brasileira Dra. Nise da Silveira, considerava o inconsciente como um imenso oceano, onde por vezes as imagens emergiam. Dizia aprender mais com a literatura, do que com a psiquiatria e/ou os livros de psicologia: “um conto de Machado de Assis, Missa do Galo, exprime com mais clareza e sutileza as coisas do que um psiquiatra” (SILVEIRA, 2001). Comparando Jung com Freud, afirmava ainda que “ao contrário da psicologia de Freud, a psicologia junguiana reconhece na imagem grande importância, bem como nas fantasias e nos delírios. Jung vê nos produtos da função imaginativa, do inconsciente, autorretratos do que está acontecendo no espaço interno da psique, sem quaisquer disfarces ou véus” (SILVEIRA, 2001). O trabalho terapêutico da Dra. Nise possibilitou a transformação de pacientes psiquiátricos em artistas plásticos (o caso mais famoso foi Artur Bispo do Rosário, cuja obra – mostrada em várias exposições que percorrem todo o país – surpreende por sua grande criatividade). Ela considerava o afeto como uma ferramenta para o indivíduo perdido em meio a um mundo interno fragmentado - como no caso do esquizofrênico - poder reconstruir a unidade de seu Self.

Diversas publicações trazem uma abordagem arteterapêutica no tratamento às demandas em Saúde Mental. É necessário se repensar um modelo de atendimento, acolhimento do indivíduo na clínica, que favoreça um melhor diálogo entre ele e seu inconsciente, tendo o profissional de saúde o desafio de, através de um novo olhar, desenvolver disposição interna e consciente de observação do mundo com outra lógica, respeitando o ser humano como um todo. BONFIM (2007) mostra a trajetória de um programa de extensão da Universidade Federal de Espírito Santo – UFES, intitulado “Cada Doido com Sua Mania” que tem como objetivo a constituição de uma clínica pública de qualidade e gratuita resultando na estruturação do CACIA- Centro de Atenção Continuada à Infância, Adolescentes e Adultos, e sobre a inclusão da Arteterapia neste serviço. Trabalho este em que o acolhimento do sujeito acontece de forma também a levar em consideração o que ele traz como bagagem intelectual e emocional.

Tendo início em 1984 este programa, numa abordagem multidisciplinar, tem a Arteterapia, dentre as Oficinas Terapêuticas, no tratamento a indivíduos com sofrimento na área afetiva, transtornos mentais graves e manifestações psicossomáticas, por meio de técnicas artísticas, fazendo uso de diversos materiais. Foram utilizados contos, mosaicos, pintura, desenho, modelagem e músicas atuando como “veículos para que imagens possam ser produzidas e conteúdos inconscientes plasmados a partir da matéria”, explorando a espontaneidade e a criatividade, facilitando uma expressão subjetiva de suas questões e visando a promoção da Saúde Mental, a partir do momento em que auxilia na elaboração e estruturação psíquica de cada participante. Tudo isto acontecendo num “espaço singular de produção espontânea” constituindo seu método de trabalho, valorizando e promovendo a transformação da população

atendida: os funcionários da UFES, alunos e profissionais, público em geral (indivíduos e suas famílias), que buscam este serviço diagnosticando suas demandas; os fenômenos cotidianos que interferem no bem-estar individual, familiar e institucional. Ou seja, a Arte contribuindo para uma clínica mais criativa, pautada numa visão mais implicada com o humano e menos comprometida com a patologia, que junto com outros serviços possibilita uma amplificação do tratamento: não só da pessoa atendida, mas também de sua família. Por fim, dentro do estudo deste artigo, percebeu-se que a Arteterapia é um instrumento importante no que tange na integralização do tratamento clínico “onde o indivíduo (profissionais de Saúde Mental, funcionários e estudantes da UFES) é contemplado em sua humanidade, e não visto como um corpo vazio ou uma mente alienada”, uma vez que “trabalhar com saúde mental é um desafio” a partir do momento em que também os profissionais de saúde mental necessitam lidar com seus maus estares, limitações e sua própria saúde mental, e por meio de uma postura ética, questionar constantemente suas técnicas fazendo mudanças em sua prática sem abandonar sua especificidade, sendo capazes de abrir mão do conforto e segurança dos saberes adquiridos até então; lembrando sempre das palavras de Jung (1985) “ninguém pode levar ninguém além do lugar onde conseguiu chegar”, ou seja, se o indivíduo que atua na saúde tem uma visão precária sobre ela e sobre o mundo que o cerca, ele será um profissional limitado e portanto limitará a atuação dos usuários do serviço.

As atividades iniciais devem propiciar um clima de experimentação prazerosa e lúdica, sem exigir desempenhos complexos. Assim, uma boa possibilidade podem ser explorações com gravuras, pois já trazem símbolos bem configurados, onde a expressão se dá pela escolha e composição de agrupamentos de imagens, o que apesar de ser tarefa simples, sempre fornecerá mapas muito adequados de aspectos psicodinâmicos, presentes naquele momento, na vida de cada pessoa que as organiza. Outras possibilidades interessantes são manchas, rabiscos, papéis rasgados, uma sutil permissão para a “não-forma” uma simbólica comunicação “você não precisa se preocupar em fazer bonito”... “do jeito que sair está bom”...

Nos trabalhos com grupos, em intervalos temporais curtos como em work-shops, por exemplo, é produtivo terapeuticamente poder utilizar como continentes simbólicos, temas ligados à exploração, expansão e transformação do processo criativo. O percurso deste universo é ativado a partir da reflexão sobre questões como: ·

- Quem sou eu?
- Do que eu necessito?
- O que pretendo realizar?
- O que devo transformar?
- Qual o meu dom ou talento?

