

REVISTA DE ARTETERAPIA DA AATESP



ARTE: ANA ALICE FRANCISQUETTI - GRAVURA EM METAL SOBRE PAPEL JAPONÊS. MONTAGEM EM XEROX

REVISTA de ARTETERAPIA da AATESP**Publicação:** Associação de Arteterapia do Estado de São Paulo**APRESENTAÇÃO**

A Revista de Arteterapia da AATESP é uma publicação científica da Associação de Arteterapia do Estado de São Paulo, disponível no *site* da AATESP - www.aatesp.com.br. Foi iniciada no ano de 2010 com o intuito de acolher as produções advindas de arteterapeutas associados e de autores de áreas afins orientados por um arteterapeuta associado, interessados na difusão e no aprofundamento do conhecimento na área de Arteterapia, com periodicidade semestral.

LINHA EDITORIAL

A Revista Arteterapia da AATESP tem como objetivo publicar trabalhos que contribuam para o desenvolvimento do conhecimento no campo da Arteterapia e áreas afins. Busca incentivar a pesquisa e a reflexão, de cunho teórico ou prático, acerca da inserção da Arteterapia e de seus recursos nos diversos contextos na atualidade, contribuindo para o aprofundamento da compreensão sobre o ser humano, a Arteterapia e as suas relações.

GRUPO EDITORIAL

Contato: revista@aatesp.com.br

Editora:

Dra. Leila Nazareth AATESP 001/1203

Conselho Editorial:

Dra. Leila Nazareth AATESP 001/1203

Ms. Deolinda Maria da Costa Florim Fabietti AATESP 008/1203

Dra. Tatiana Fecchio AATESP 058/1105

Esp. Gisela Dias AATESP 688/0920

Conselho Consultivo:

Dra. Adriana Leopold AATESP 203/0611

Dra. Ana Cláudia Afonso Valladares ABCA 0001/0301

Dra. Cristina Brandt Nunes AATESP 539/0919

Dra. Cristina Dias Allessandrini AATESP 015/1203

Dra. Irene Gaeta Arcuri AATESP 043/0504

Dra. Lara Nassar Scalise AATESP 474/1218

Dra. Maria de Betânia Paes Norgren AATESP 005/1203

Dra. Patrícia Pinna Bernardo AATESP 056/0905

Dra. Selma Ciornai AATESP 014/1203

Dra. Sonia Maria Bufarah Tommasi AATESP 251/0113

Dr. Sandro Leite AATESP 023/1203

Ms. Artemisa de Andrade e Santos ASPOART 037/11/09

Ms. Claudia Regina Teixeira Colagrande AATESP 100/0109

Ms. Dilaina Paula dos Santos AATESP 011/1203

Ms. Ivana Mariani Michelon AATERGS 032/0505
Ms. Lídia Lacava AATESP 039/0504
Ms. Mailde Jerônimo Trípoli AATESP 070/0507
Ms. Marcieli Cristine do Amaral Santos AATESP 157/0510
Ms. Rozelia Vasques Ortiz AATERGS 133/0916
Ms. Tania Cristina Freire AATESP 053/0305
Ms. Valéria G. C. Monteiro AATESP 340/061
Esp. Angelica Shigihara de Lima AATERGS 001/0603
Esp. Marcia Bertelli Bottini ASPOART 013/01/05
Esp. Maria Angela Gaspari AATESP 138/0410
Esp. Mônica Guttmann AATESP 032/1203

Capa

Ana Alice Nabas Francisquetti

Formatação, Editoração

Esp. Gisela Dias AATESP 688/0920
Esp. Joyce da Silva ABCA 169/0423

Ressalva

Os artigos são de responsabilidade exclusiva dos autores e as opiniões e os julgamentos neles contidos não expressam necessariamente o pensamento dos Editores ou do Conselho Editorial. Citação parcial permitida, com referência à fonte.



REVISTA de ARTETERAPIA da AATESP

Publicação: Associação de Arteterapia do Estado de São Paulo

ASSOCIAÇÃO DE ARTETERAPIA DO ESTADO DE SÃO PAULO

Diretoria – Gestão 2023-2024

Diretora Gerente

Lara Nassar Scalise

1ª Diretora Adjunta

Dilaina Paula dos Santos

2º Diretor Adjunto

Sandro José da Silva Leite

1º Secretário

Marcos dos Reis Nogueira

2ª Secretária

Marcia Cristina de Aguiar

1ª Tesoureira

Camilla Dimitrov

2ª Tesoureira

Cristina de Barros Shiguera

Conselho Fiscal

Bonna Graziella Straccialini Spadacini

Ligia Kohan Tarandach

Viviane Barbosa de Magalhães

Revista

Leila Nazareth

Deolinda Maria da Costa Florim Fabietti

Tatiana Fecchio

Gisela Dias

Joyce da Silva

Sumário

EDITORIAL

Arteterapia, uma prática de atenção ao ser humano	2
Leila Nazareth	

ARTIGO CIENTÍFICO ORIGINAL

Contos do Deserto: as histórias da tradição oral sufi à luz da Psicologia Analítica.....	4
Raquel Trindade Andrade	

ARTIGO CIENTÍFICO ORIGINAL

Bonecas Poéticas e Arteterapia: uma conexão com a arte, a ancestralidade, a natureza e a alma	25
Marilena Alves Valentim Ramos	

RELATO DE EXPERIÊNCIA

Arteterapia e adolescência: ressignificando histórias de vida de jovens em situação de vulnerabilidade	44
Cintia Pereira Jeronimo	

RELATO DE EXPERIÊNCIA

Um relato sobre o trabalho de Arteterapia no contexto hospitalar.....	66
Patricia Carlesso Marcelino	

ESTUDO DE CASO

O abuso contrai, a ansiedade consome, a Arteterapia transborda.....	77
Andrea Fabiana Rosas	

RESUMOS DE OBRAS

ENTRE: Materialidades e Afetos	95
Profa. Dra. Tatiana Fecchio	

NORMAS DE PUBLICAÇÃO	97
-----------------------------------	-----------

EDITORIAL**Arteterapia, uma prática de atenção ao ser humano**

Leila Nazareth

A Arteterapia brasileira vem ocupando espaços importantes no cuidado com o ser humano em diferentes contextos e em diferentes etapas do seu percurso de vida. Neste exemplar, mais uma vez, contamos com uma diversidade de possibilidades de atuação, com resultados que nos animam a prosseguir com o nosso trabalho dedicado e criterioso. Convido nossos leitores a buscar conhecimento e inspiração nos textos que compõem este volume.

Iniciamos com a produção de Raquel Trindade, **Contos do deserto: as histórias da tradição oral sufi à luz da Psicologia Analítica**. A autora teve como objetivo investigar os contos de tradição oral sufi como recurso terapêutico, sob o enfoque da Psicologia Analítica de Jung. O estudo consistiu em pesquisa bibliográfica e documental. A conclusão aponta para que os contos de tradição oral sufi podem atuar como um potente recurso terapêutico, por possibilitarem a função transcendente conceituada por Jung. Cabe a nós, arteterapeutas, pesquisar a utilização de tão valioso recurso em nosso campo de atuação.

Na sequência, encontramos a contribuição de Marilena Alves Valentim Ramos com o artigo **Bonecas poéticas e arteterapia: uma conexão com a arte, a ancestralidade, a natureza e a alma**. O objetivo geral deste texto foi analisar a conexão entre bonecas poéticas e Arteterapia. Foram realizadas pesquisas teóricas sobre Arteterapia e observações assistemáticas de grupos de vivência terapêutica com bonecas poéticas. Com esse estudo, a autora concluiu que o processo terapêutico mediado por tais vivências favoreceu a ressignificação de afetos e histórias pessoais, auxiliando no processo de individuação.

Cintia Pereira Jerônimo apresenta o relato de experiência **Arteterapia e adolescência: ressignificando histórias de vida de jovens em situação de vulnerabilidade**. O trabalho visou a melhora da qualidade de vida de 30 adolescentes, com idade entre 11 e 14 anos, em situação de vulnerabilidade social. A teoria que fundamentou a prática arteterapêutica e a análise dos dados foi a Psicologia Analítica de Jung. Como conclusão, foi apontado que o trabalho possibilitou a expressão de emoções bloqueadas e a melhora da autoestima, levando o grupo ao reconhecimento de suas potencialidades. Também foi assinalado que o processo arteterapêutico facilitou a compreensão das responsabilidades pessoais e sociais dos jovens em estudo.

Seguimos com mais um relato de experiência, intitulado **Um relato sobre o trabalho de Arteterapia no contexto hospitalar**, de Patricia Carlesso Marcelino. Trata-se da descrição de um processo arteterapêutico desenvolvido na ala de psiquiatria de um hospital de Sertão, cidade localizada no Rio Grande do Sul. Para esse estudo, foram promovidas sessões semanais, individuais ou em pequenos grupos durante o período de 2021 a 2023. No estudo, buscou-se atender as necessidades de cada paciente por meio de atividades artísticas e corporais. A autora apontou como conclusão que a Arteterapia, como prática alternativa e complementar de saúde, pode auxiliar na promoção, na reabilitação e na recuperação da saúde integral, por meio do emprego de arte e sensibilidade.

Na sequência, é apresentado o estudo de caso **O abuso contrai, a ansiedade consome e a Arteterapia transborda**, de Andrea Fabiana Rosas. Esse estudo tem como objetivo compreender a Arteterapia como ferramenta de suporte a mulheres vítimas de violência doméstica e/ou relacionamentos abusivos. Nele, é descrito o processo arteterapêutico de uma mulher de 52 anos, seguindo o método das Oficinas Criativas (Alessandrini). Os resultados sugerem que a Arteterapia pode constituir uma relevante ferramenta para a recuperação de mulheres vítimas de violência e transtornos de ansiedade.

Por fim, há o resumo de Tatiana Fecchio **ENTRE: materialidades e afetos**. É apresentado o livro, com o mesmo título, resultado de uma investigação conjunta sobre materialidades no campo da Arteterapia. O processo de investigação se deu entre 2019 e 2021. A pesquisa entre Arteterapia e materialidade é de suma importância para ampliar a compreensão de nossa atuação terapêutica. Não há pretensão de esgotar o tema, mas sim lançar luz em modos de lidar com os estados de materialidade e as potencialidades simbólicas a serem alcançadas nessa seara.

Desejamos a todos uma proveitosa leitura! Que ela seja fonte de inspiração para atuações criativas e bem fundamentadas. Aproveitamos para convidá-los a apresentarem suas experiências profissionais na Revista de Arteterapia da AATESP, sob o formato de artigos científicos. No final deste número estão as orientações para a apresentação. Dispomos também de um *template* para facilitar a adesão ao formato exigido.

ARTIGO CIENTÍFICO ORIGINAL**Contos do Deserto: as histórias da tradição oral sufi à luz da Psicologia Analítica
Tales from the Desert: the stories of the Sufi oral tradition in the light of Analytical Psychology**Raquel Trindade Andrade¹

Resumo: Este trabalho aborda a temática dos contos de tradição oral, em especial sua função na tradição Sufi. O objetivo é lançar um olhar sobre os chamados contos de ensinamento pela ótica junguiana. O problema levantado é oriundo da seguinte pergunta: Os contos de ensinamento da tradição Sufi podem ser utilizados como recurso terapêutico na perspectiva da Psicologia Analítica? O estudo investiga a questão a partir do quadro teórico e conceitual dessa perspectiva, especificamente em referência às obras de Jung e Von Franz que abordam a temática dos contos de fadas. A referência utilizada não se furta ao diálogo com alguns autores que se relacionam com o campo da arte-educação e com a perspectiva sufista sob a ótica de Idries Shah. Os procedimentos metodológicos utilizados são a pesquisa bibliográfica e documental. Em conclusão, afirma-se que os contos de ensinamento da tradição Sufi são um importante recurso terapêutico, porque possibilitam o que Jung denomina de “função transcendente”. Os símbolos presentes na narrativa podem mediar o diálogo entre o consciente e o inconsciente, podendo proporcionar outros estados de consciência, por meio de uma saída criativa para a problemática pessoal.

Palavras-chave: Psicologia Analítica; contos; tradição oral; tradição Sufi; Arteterapia Junguiana.

Abstract: This work addresses the theme of tales of oral tradition, in particular their function in the Sufi Tradition. The aim is to look at the so-called teaching tales from a Jungian perspective. The problem raised comes from the following question: can the teaching tales of the Sufi Tradition be used as a therapeutic resource from the perspective of analytical psychology? The study investigates the issue from the theoretical and conceptual framework of Jungian Psychology, specifically in reference to the works of Jung and Von Franz that address the theme of fairy tales. The reference used does not shy away from the dialogue with some authors who are related to the field of art education and the Sufi perspective from the perspective of Idries Shah. The methodological procedures used are bibliographical and documentary research. In conclusion, it is stated that the teaching tales of the Sufi Tradition are an important therapeutic resource, because they enable what Jung calls the

¹ Assistente Social, arteterapeuta, escritora. Assistente social pela UERJ; pós graduada em Serviço Social e Saúde; mestre em Políticas Públicas e Formação Humana – PPFH/UERJ; arteterapeuta pelo INCORPORAR-TE; especialista em Psicologia Analítica pelo IJEP. Arteterapeuta filiada à AARJ – 1154/122. Lattes: <http://lattes.cnpq.br/1330592495341775>.

“transcendent function”. The symbols present in the narrative can mediate the dialogue between the conscious and the unconscious, and can provide other states of consciousness, through a creative way out of personal problems.

Keywords: Analytical Psychology; tales; oral tradition; Sufi tradition; Jungian Art therapy.

Introdução

Inicialmente, o interesse pela temática se desenvolveu a partir da experiência com os contos de fadas no curso de formação em Arteterapia. Este trabalho é parte da monografia apresentada como pré-requisito para o título de especialista em Psicologia Analítica pelo IJEP. Foi no processo de desenvolvimento do estágio da formação em Arteterapia que ocorreu o contato com os contos da tradição oral de diversas culturas, em especial de origem árabe, oriundos da tradição Sufi e de outros continentes não europeus. O contato com esses contos possibilitou a percepção da diversidade dessas narrativas, do seu potencial simbólico e da sua importância enquanto recurso terapêutico.

Esta experiência se desdobrou em um projeto de grupo arteterapêutico denominado Travessias. O trabalho com os contos como recurso terapêutico, no contexto deste grupo, resultou também neste estudo ampliado sobre a compreensão dos contos de fadas na Psicologia Analítica e sobre os contos de ensinamento na tradição Sufi.

O Sufismo se autodenomina uma forma universal de sabedoria de origem anterior ao Islã, situada em diversos países da Ásia Central, em especial nos países árabes. Os contos de tradição oral, por sua vez, são textos populares característicos da cultura oral e, portanto, surgidos antes da comunicação escrita; enraizados no contexto da oralidade, a forma de comunicar se voltava para a percepção auditiva da mensagem.

Dito isso, o presente artigo aborda a temática dos contos de tradição oral, em especial sua função na tradição Sufi. O objetivo é lançar um olhar sobre os contos de ensinamento nessa tradição pela ótica da Psicologia Analítica.

A relevância do tema se justifica pela importância dos contos de fadas (aqui ampliados com a nomenclatura contos de tradição oral) no arcabouço teórico inaugurado por Jung. Além disso, são recursos fundamentais para o processo terapêutico nessa perspectiva, uma vez que é por meio dos conteúdos arquetípicos presentes nessas narrativas que exploramos não somente o conhecimento das experiências da humanidade contidas nos contos e mitos, mas também os conteúdos simbólicos que refletem as estruturas psíquicas humanas no processo de individuação.

O problema levantado é oriundo da seguinte pergunta: Os contos de ensinamento da tradição Sufi podem ser utilizados como recurso terapêutico segundo a Psicologia Analítica? A hipótese levantada é a de que sim, pois são um valioso material, uma vez que possibilitam

o que Jung denomina de função transcendente. Ou seja, os símbolos contidos nas narrativas podem possibilitar o diálogo entre a consciência e o inconsciente, possibilitando uma ampliação da percepção de si e do mundo.

Dentro do quadro teórico e conceitual da Psicologia Analítica, abordaremos especificamente as obras de Jung e Von Franz que abordam a temática dos contos de fadas. Este trabalho se assenta nessa perspectiva sem se furtar ao diálogo com alguns autores que se relacionam com o campo da arte-educação e com a perspectiva sufista sob a ótica de Idries Shah. Os procedimentos metodológicos utilizados são a pesquisa bibliográfica e documental.

Exposto esta introdução, no primeiro tópico abordaremos os contos de fadas na Psicologia Analítica. Nessa perspectiva, os contos de fadas são considerados manifestações do inconsciente coletivo. Para Jung é onde melhor se pode estudar a anatomia comparada da psique. Nessa direção, veremos como Von Franz desdobra e aprofunda esta temática.

Em seguida, falaremos sobre os contos da tradição oral, cujas histórias pertencem ao mundo arquetípico e possuem narrativas repletas de símbolos. Por esta razão seus temas reaparecem de maneira tão evidente e pura nos contos de países os mais distantes, se apresentando em diferentes formas. Nesta seção, abordaremos os contos de tradição oral por uma perspectiva interdisciplinar no campo teórico daqueles que se debruçam sobre a arte milenar de criar e contar histórias.

Dentro desta temática, abordaremos a função de ensinamento dos contos na tradição Sufi. Na psicologia inaugurada por Jung, os contos de fada narram os muitos caminhos para a individuação. Na cultura árabe, em especial nesta tradição, os contos constituem um dos pilares fundamentais do ensinamento. Falaremos brevemente sobre o sufismo e sobre sua visão a respeito dos contos tradicionais. Ou seja, como e para que os contos são utilizados para transmitir ensinamentos.

Por fim, iremos apresentar a leitura simbólica do conto da tradição Sufi chamado “A Lenda das Areias”. O objetivo desta análise é estabelecer um paralelo entre os conceitos junguianos e as imagens simbólicas presentes na narrativa. O intuito proposto é fazer a leitura simbólica a partir das ferramentas conceituais que Jung nos fornece, compreendendo que se trata de um olhar atravessado por esta perspectiva. Jung afirma que as concepções de cada arquétipo são, na sua essência, um fator psíquico desconhecido. E, assim, o estudo é finalizado com considerações finais.

Os contos de fada interessam para a Psicologia Analítica como material fundamental de expressão do inconsciente coletivo. Para compreendermos o embasamento dessa concepção, recorreremos aos principais conceitos da teoria junguiana. Carl Gustav Jung construiu sua teoria a partir da observação clínica de pacientes com esquizofrenia, da sua própria experiência interior, e do árduo estudo sobre mitologia, arqueologia, contos de fada,

sonhos, religião, psicologia, psiquiatria e outras áreas. Foi a partir de suas observações e seus estudos que ele apreendeu a manifestação do inconsciente presente nas mais diversas expressões humanas.

Experenciamos, por meio dos nossos sonhos, a produção de imagens pela energia psíquica. Todas as noites vivenciamos imagens que carregam histórias, ainda que construídas em uma relação espaço-tempo diferente da consciência humana, elas nos contam algo sobre o nosso universo interno. Essas imagens, ao longo da história humana, romperam a fronteira do sonho, palco onde as cenas se desenrolam, para povoar outras histórias, narrativas simbólicas sobre experiências dos povos ancestrais no mundo inteiro.

Método

Os procedimentos metodológicos utilizados são a pesquisa bibliográfica e documental. Além disso, utilizamos a técnica de análise simbólica de um conto de tradição oral, tendo como base as análises empreendidas por Von Franz.

Os contos de fadas na Psicologia Junguiana

Na Psicologia Analítica, os contos de fadas são considerados manifestações do inconsciente coletivo. Jung afirma que é onde “melhor se pode estudar a ‘anatomia comparada da psique’” (VON FRANZ, 1990, p. 25). Além disso, para ele, nos mitos e nos contos de fadas, como no sonho, “...a alma fala de si mesma e os arquétipos se revelam em sua combinação natural, como formação, transformação, eterna recriação do sentido eterno” (JUNG, OC. Vol. IX, p. 218).

O autor e, posteriormente, Von Franz afirmam que nos mitos há uma grande quantidade de material cultural, “mas nos contos de fada existe um material consciente culturalmente muito menos específico e, conseqüentemente, eles oferecem uma imagem mais clara das estruturas psíquicas” (VON FRANZ, M.L., 1990, p. 9). Para Von Franz, os chamados contos de fadas são a expressão mais pura e simples dos processos psíquicos do inconsciente coletivo. Sendo assim, o seu uso para a investigação do inconsciente é superior a qualquer outro material. A autora ainda afirma que os contos são histórias arquetípicas que se originam, frequentemente, nas experiências individuais através da irrupção de algum conteúdo inconsciente, que podem surgir em sonhos ou alucinações em estado de vigília (VON FRANZ, M.L. 1990). Ou seja, o conto se origina da experiência numinosa advinda da irrupção de algum conteúdo arquetípico.

Os eventos psíquicos que originam os contos são, na verdade, apenas um, que é um fator desconhecido que se manifesta de diversas maneiras, originando diferentes narrativas. Esse fator desconhecido é o que o Jung chama de “*SELF*, que é a totalidade psíquica de um indivíduo e, paradoxalmente, o centro regulador do inconsciente coletivo” (VON FRANZ,

1990, p. 10, grifo do autor). A manifestação desse centro regulador é tão complexa, difícil e distante do entendimento, que diversos “contos e milhares de versões (como variações musicais), são necessários até que esse fato desconhecido penetre na consciência, sem que isso consiga exaurir o tema” (VON FRANZ, 1990, p. 10).

Sobre o uso dos contos na psicologia e na clínica junguiana, Von Franz alerta que a interpretação é importante assim como a análise dos sonhos, contudo, o conto, tal como o sonho, é por si só sua melhor explicação. Ou seja, a interpretação de um conto ou mito é o nosso próprio mito, ela ocorre de acordo com o nosso estado atual. Para a autora:

Podemos propor a hipótese de que cada conto de fada é um sistema relativamente fechado, composto por um significado psicológico essencial, expresso numa série de figuras e eventos simbólicos, sendo desvendável através destes. (Ibid., p. 10)

Quanto aos elementos dos contos de fadas, Von Franz (1990) faz uma importante análise sobre o papel de herói ou heroína. Segundo a autora, a **função do herói** nos mitos e nos contos de fadas, é de representar o melhor comportamento na situação narrada, ou seja, aquele que está em “harmonia com a totalidade do ser humano” (Ibid., p. 31). Nesse sentido, serve de referência para o ego.

É importante destacar que, para a autora, o herói não pode ser comparado ao ego em si, diferentemente, essas figuras apresentam muitas características do arquétipo denominado por Jung por Self, cuja função seria manter a atividade autorreguladora do todo. Sendo assim, o herói ou a heroína dos contos de fadas é um modelo para o ego saudável, aquele que funciona como expressão da estrutura global da personalidade. Nas palavras da autora:

O herói e a heroína representam modelos para um funcionamento do ego em harmonia com a totalidade da psique. Existem modelos para o ego saudável, um complexo do ego que não perturba a estrutura global da personalidade, mas que normalmente funciona como seu órgão de expressão. (Ibid., p. 29)

Sobre as suas características, a autora cita Lüthi que concluiu que o herói dos contos de fada é “muito menos humano” que aqueles de que falam os mitos. Como o conteúdo consciente culturalmente é muito menos específico do que aqueles das mitologias e das sagas locais, nos contos o herói é uma figura abstrata, tem reações estereotipadas e é esquemático. Neste aspecto, Franz tende a concordar com Lüthi:

É muito provável que a afirmação de Lüthi esteja certa: os contos de fada são abstrações. São abstrações de uma saga local condensada, e cuja forma se cristalizou, o que permite ser mais facilmente contada e retida na memória, pois desta forma toca mais diretamente as pessoas (VON FRANZ, 1990, p. 30).

Nessa direção, no herói dos contos de fadas não há a dimensão humana da dúvida, do sofrimento ou da fraqueza e seria impossível encontrar algo como uma conversão psicológica ou uma mudança de atitude, o que geralmente é observado nos mitos.

Mas essa não é a única peculiaridade dos contos de fadas. Von Franz também diferencia os contos de fadas das sagas locais e das lendas históricas. A autora afirma que essas últimas se baseiam em “eventos reais que foram vivenciados e depois desfiados e ampliados até se converterem numa história, e passou a ser recontada durante um longo período de tempo” (VON FRANZ, 2021, p.17).

Para Franz (1990), sagas locais são narrativas com raízes, ou seja, o evento está fixado em determinado território, em um acontecimento local. Seria uma forma simbólica de traduzir uma vivência em determinada região a partir de uma experiência individual ou coletiva. A saga local é derivada de sonhos ou experiências de invasão do inconsciente sob o estado de vigília ou ainda eventos parapsicológicos. Algo de sobrenatural acontece em determinado local e é necessário contar de alguma forma.

Seguindo este pensamento, a priori, tudo que é individual ou local não está presente nos contos de fadas, restando somente a estrutura universal da psique. Contudo, destacamos que a mesma autora fez uma ressalva importante:

... terei de voltar a essa teoria e modificá-la mais adiante, pois os contos de fadas não estão inteiramente purificados de fatores específicos. Se compararmos tais contos, veremos que, embora existam certas semelhanças (...) a estrutura da história é muito diferente no conto de fadas de um indígena norte-americano e no de um europeu, ainda que os nomes e os lugares sejam eliminados. (VON FRANZ, 2021, p.18)

Nesta breve passagem Von Franz afirma que os contos não estão inteiramente isentos de elementos específicos que constituem as culturas. Acreditamos que este seja um aspecto relevante para compreendermos a multiplicidade dos contos da tradição oral. Em alguns contos² observamos que se trata de uma narrativa estruturada a partir da atuação do Self, aspecto autorregulador da psique. No entanto, em outros, há presença de resquícios do enraizamento local, como nome e lugar de origem do personagem principal, há também a presença da emoção e do sentimento do herói.

Sabemos que tais características, à luz da classificação que Von Franz faz, seriam consideradas como uma saga local. Dentro de um estudo inicial, levantamos como possibilidade de que contos assim apresentem as estruturas arquetípicas básicas com menor simplicidade do que os chamados contos de fadas clássicos. Contudo, as estruturas psíquicas estão lá e são passíveis de identificação e análise, bem como de utilização no campo clínico.

Trata-se de um campo vasto, que, como destaca Silveira (1985), os mais diversos contos descrevem o mesmo tema, sob múltiplas variações. Narram o mesmo acontecimento

² Podemos citar como exemplo o conto “O Vendedor de Sonhos”, conto mexicano, o conto “Ela Que Está Só”, conto da etnia comanche e temos também o conto “O Sonho de Ismar”, conto árabe. Em ambos o herói tem um nome e reside em determinado povoado ou cidade relacionados à origem do conto. Não há a presença de elementos fantásticos e os personagens são aqueles comuns à realidade local. O herói manifesta sofrimento e vulnerabilidade e não se apresenta de forma sobre-humana.

fundamental, isto é, a busca da totalidade psíquica. Os diferentes contos dão ênfase maior ou menor às diversas etapas desse processo em constante desdobramento. Como nos diz Von Franz (2021), o fato de existirem muitas possibilidades, só nos mostra a dificuldade da tarefa.

Contar e recontar: os contos de tradição oral

“Um conto, fictício ou não, ilumina a verdade”

(RUMI)

Conforme explicitamos no tópico anterior, os contos de fada têm origem nas camadas profundas do inconsciente, comuns à psique de todos os humanos. Pertencem ao mundo arquetípico e possuem narrativas repletas de símbolos. Por esta razão seus temas reaparecem de maneira tão evidente e pura nos contos de países os mais distantes, em épocas as mais diferentes, com um mínimo de variações. Este é o motivo pelo qual os contos de fada interessam à Psicologia Analítica (SILVEIRA, 1985).

Sobre a antiguidade dos contos, há pesquisadores modernos que pesquisam contos de 4000 anos, gravados “pelos babilônios, hititas, cananeus, e mesmo alguns afirmam haver encontrado vestígios de certos temas ainda hoje preservados em histórias, que remontam a 25000 anos antes de Cristo” (SILVEIRA, 1985, p. 127-128).

O termo fadas³ surge do folclore europeu ocidental. Eram imagens de entidades fantásticas, características da atmosfera mágica céltico-bretã. Nos estudos sobre os contos, os contos de fadas são chamados de contos maravilhosos, justamente por se aproximarem de uma linguagem onírica e mágica. Nesses estudos observamos também outras classificações sobre os contos, tais como as fábulas, lendas, sagas, epopéias, contos etiológicos, dentre outros (MATOS & SORSY, 2013).

No tópico a seguir abordaremos os contos de tradição oral por uma perspectiva interdisciplinar no campo teórico daqueles que se debruçam sobre a arte milenar de criar e contar histórias.

Da Experiência ao Conto: um percurso ancestral

Os contos de tradição oral são contos populares característicos da cultura oral e, portanto, surgidos antes da comunicação escrita. Enraizados no contexto da oralidade, a forma de comunicar se voltava para a percepção auditiva da mensagem. Segundo Matos & Sorsy (2013), esse tipo de narrativa, também conhecida como contos tradicionais, parece encontrar sua origem nos mitos primitivos, que “por muitos séculos orientaram os homens em sua busca de conhecimento do cosmo e de si mesmos. Resultam da produção coletiva

³ Referência: https://pt.wikipedia.org/wiki/Contos_de_fadas.

de um povo que os cria a partir das representações de seu imaginário” (MATOS; SORSY, 2013, p. 2).

Nas culturas orais a memória tem um papel central de armazenamento das experiências vivenciadas pelo grupo. Essa memória é o que constitui a identidade cultural de determinado povo. E os guardiões das memórias são os anciões. São os velhos os detentores da memória ancestral que resguarda a identidade do grupo. Por esta razão, essas culturas costumam ser mais conservadoras e resistir às mudanças que possam colocar a preservação dessa memória em risco.

A identidade confere o sentido de pertencimento a cada indivíduo, o que assegura a coesão e a sobrevivência dos valores adquiridos pelos ancestrais. Originários de tempos remotos, o conteúdo dos contos de tradição oral é carregado de imagens arquetípicas. Como explicita Matos & Sorsy:

Quanto ao conto literário, enraizado na cultura escrita, ele se estrutura de outra forma. Seu valor estético encontra-se, portanto, em outros aspectos. Diferentemente do conto popular, no qual a função dos personagens é socialmente determinada (o rei, o príncipe, o velho, o sábio, o tolo...) e as imagens exploradas são sempre arquetípicas, no conto literário os personagens são descritos em relação a sua própria individualidade (...). (MATOS; SORSY, 2013, p. 4).

Walter Benjamin (1985) atribui à experiência o ato de narrar. Ele desenvolve sua reflexão a respeito do narrador, ou seja, aquele que conta a história de forma orgânica e afetiva. Para ele é a experiência que dá origem à necessidade e ao ato de narrar. A narrativa é, antes de tudo, uma forma artesanal de comunicação e seu objetivo não é transmitir uma informação pura, como a de um relatório, mas sim mergulhar na própria história, para depois dela se retirar “assim se imprime na narrativa a marca do narrador, como a mão do oleiro na argila do vaso (BENJAMIN, 1985, p. 205).

Nesse sentido, a matéria do narrador é a vida humana para a qual existe uma relação artesanal, uma vez que “o narrador assume à sua substância mais íntima aquilo que sabe por ouvir dizer” (Ibid., p. 221). Os provérbios ainda sobrevivem e circulam entre nós e seriam as ruínas da antiga tradição de contar histórias.

Para Benjamin, a experiência que passa de pessoa para pessoa é a fonte a que recorrem todos os narradores. Um grande narrador precisa ter a plasticidade de percorrer a experiência inscrita na história. Para o autor, são características comuns daqueles que narram histórias:

Comum a todos os grandes narradores é a facilidade com que se movem para cima e para baixo nos degraus de sua experiência, como numa escada. Uma escada que chega até o centro da terra e que se perde nas nuvens - é a imagem de uma experiência coletiva, para a qual mesmo o mais profundo choque da experiência individual, a morte, não representa nem um escândalo e nem um impedimento. (BENJAMIN, 1985, p. 215)

Os contos de tradição oral, nas palavras de Idries Shah é “o único fenômeno cultural considerado propriedade de todos os povos do mundo, não pertencendo, grosso modo, a ninguém” (GRILLO, 2012). Neste aspecto também concorda Von Franz, quando afirma que esta universalidade se justifica em razão de os contos de fada estarem além das “diferenças culturais e raciais, podendo assim migrar facilmente de um país para outro. A linguagem dos contos de fada parece ser a linguagem internacional de toda a espécie humana – de idades, raças e culturas” (VON FRANZ, 1990, p. 20).

Os contos de tradição oral são resultado do processo de aprimoramento da linguagem que possibilitou contar a experiência para o outro. Segundo Tolkien (2006), “o desenvolvimento da narrativa, do ato de narrar, é tão intimamente conectado à linguagem e à experiência humana que dificilmente podemos olhar uma estando separada da outra (apud GRILLO, 2012, p. 118). É interessante notar que o contrário também ocorreu, ou seja, a necessidade ou o desejo humano em contar algo que aconteceu, também contribuiu para o aprimoramento da linguagem.

Podemos neste aspecto suscitar uma reflexão: se a psique humana contém e expressa o inconsciente coletivo, é a necessidade de comunicar para outra pessoa que lhe possibilita a recriação de narrativas. Podemos pensar do seguinte modo: o sonho contém uma narrativa, mas ao contá-lo para um outro ele vai ganhando tons corporal e inteligibilidade para que haja a possibilidade do testemunho e da memória. Ou seja, eu possibilito o diálogo com a consciência. E este diálogo é mediado por um outro, que, ao ouvir a história, ganha com ela a companhia do narrador. Logo, já não estão mais sós, o narrador e o ouvinte.

Benjamin (1985) chama atenção para o declínio da arte narrativa a partir da modernidade. Dentre as razões que o autor aponta, destacamos a ascensão da informação como matéria da comunicação em detrimento da experiência. A informação alimenta-se da novidade e logo perde o sentido. Ela se acumula, mas não provoca um acontecimento em quem conta e ouve, ou seja, não produz um afeto, um sentido.

Para ele, a informação só tem valor enquanto é nova e precisa ser inteiramente explicada. Muito diferente da arte narrativa, porque esta não se entrega, não se explica, ela pode ser contada muitas vezes, desaparecer e reaparecer de tempos em tempos e, ainda assim, conserva sua capacidade de atração.

Interessante este último aspecto estabelecer um paralelo entre o que o autor chama de conservação da força da verdadeira narrativa com o aspecto numinoso que emana da função transcendente dos símbolos presentes nos contos. Na perspectiva junguiana, estas narrativas se conservam, porque podem estabelecer o diálogo entre consciente e inconsciente.

Muitas tradições e culturas antigas preservam o uso dos contos de tradição oral. Os contos na tradição Sufi, que abordaremos no tópico a seguir, ganham um contorno diferente, na medida em que, além de serem expressões simbólicas da experiência psíquica, são utilizados como recurso deliberado para o ensinamento do conhecimento sutil sobre o que os sufistas denominam ser as camadas da experiência humana.

Contos de Ensino: a função dos contos na tradição Sufi

Na Psicologia Analítica, os contos de fada narram os muitos caminhos para a individuação, ou seja, para a integração das polaridades psíquicas rumo à personalidade total, à totalização do ser. Na cultura árabe, em especial na tradição Sulfi de conhecimento, os contos constituem um dos pilares fundamentais do ensinamento.

Idries Shah foi um grande estudioso da tradição Sufi e pesquisador dos contos de tradição oral, compilando centenas deles, a maioria situada na Ásia Central, de onde origina sua família, no Afeganistão (GRILLO, 2012). O pesquisador é oriundo de uma família tradicional dentro do sufismo e dedicou sua vida ao estudo sobre seus ensinamentos. Em livros e artigos Shah, apresentou o Sufismo como uma forma universal de sabedoria de origem anterior ao Islã. Enfatizando o fato de que o Sufismo é uma forma de ensinamento que sempre se adapta ao tempo, ao lugar e às pessoas, ele o apresentou em termos psicológicos ocidentais.

Para abordagem do tema, utilizaremos os estudos de Grillo (2012) porque a autora fez um importante trabalho de tradução de obras inéditas de Shah em português. Por ora, nos atentaremos neste trabalho à função de ensinar atribuídas aos contos e não à história do Sufismo ou mesmo aspectos relacionados à cultura ou à espiritualidade. Apresentamos este recorte para elucidar a multiplicidade das narrativas quando falamos da tradição oral e, também, para traçar um paralelo, mais adiante, entre os conceitos da psicologia junguiana e os contos da tradição Sufi⁴.

Sobre os Sufis, destacamos a definição de Idries Shah:

Os sufis são uma antiga maçonaria espiritual cujas origens nunca foram traçadas nem datadas; nem eles mesmos se interessam muito por esse tipo de pesquisa, contentando-se em mostrar a ocorrência da sua maneira de pensar em diferentes regiões e períodos. Conquanto sejam, de ordinário, erroneamente tomados por uma seita muçulmana, os sufis sentem-se à vontade em todas as religiões: exatamente como os “pedreiros-livres e

⁴ Neste item precisamos destacar que Shah rechaça quaisquer tentativas de interpretação psicológica do sufismo pelo Ocidente, mesmo que seja pela psicologia junguiana. Nas palavras do autor: O sufismo não pode ser estudado através da psicologia por uma série de razões, a mais interessante das quais, para o ocidental, será provavelmente a de ser o próprio sufismo um sistema psicológico muito mais adiantado do que qualquer outro já desenvolvido no Ocidente. Nem essa psicologia é essencialmente oriental, mas humana. É desnecessário afirmar esse fato sem comprovação. Mencione-se a confissão de Jung de que a psicanálise ocidental é apenas a de um principiante em confronto com a do Oriente: “A própria psicanálise e as linhas de pensamento a que dá origem — sem dúvida um desenvolvimento caracteristicamente ocidental — não passam de uma tentativa de principiante comparada com o que é uma arte imemorial no Oriente.” (SHAH, 1993, p.78-79)

aceitos”, abrem diante de si, em sua loja, qualquer livro sagrado — seja a Bíblia, seja o Corão, seja a Torá — aceito pelo Estado temporal. Se chamam ao islamismo a “casca” do sufismo, é porque o sufismo, para eles, constitui o ensino secreto dentro de todas as religiões”. (SHAH, 1993, p. 78)

A filosofia sufista é uma doutrina secreta que se originou na Pérsia, no século VIII, e era praticada, principalmente, por religiosos muçulmanos. Eles empregavam um sofisticado e complexo sistema de simbolismos para comunicar-se com Deus, através do êxtase e da contemplação. Ao longo dos tempos, em contato com outros povos e outras culturas, o sufismo sofreu constantes adaptações, assumindo múltiplas formas, o que o torna uma filosofia moderna e atual (SHAH, 2015). “Os sufis, de *per si*, são conhecidos aos milhares, por todo o Oriente. Encontram-se aldeamentos de sufis nas terras dos árabes, dos turcos, dos persas, dos afeganes, dos indianos, dos malaios”. (SHAH, 2015, não paginado).

No sufismo, os contos são ferramentas para o ensinamento acerca da sua filosofia. O processo de aprender e ensinar se dá por meio do pensamento analógico. Trata-se de um método de ensinamento indireto em que o conhecimento literal é deliberadamente transposto para o figurativo, “e o sequencial para o holístico” (SHAH, 2014, p. 11).

Os contos de tradição oral são, portanto, a estrutura analógica dos ensinamentos ancestrais do sufismo. O filho de Idries Shah, Thair Shah escreveu um romance autobiográfico chamado *Nas Noites Árabes*: uma caravana de histórias, em que narra sua busca pelo conto da sua vida, ou seja, aquele conto em que a sua trajetória está simbolizada. Para explicar o pensamento de seu pai a respeito dos contos, ele narra uma metáfora utilizada pelo mesmo:

O gelo é água, mas numa forma diferente, explicou. Para transformá-lo em água – de modo que possamos sugá-lo facilmente -, precisamos mudar sua forma. A água é o conhecimento, Tahir Jan, e a esponja é a sua mente. Quando ouvimos informações, um monte delas”, prosseguiu, “às vezes é muito difícil assimilá-las. É como gelo. Nós as escutamos do mesmo modo que a esponja toca o balde de gelo, mas elas não penetram. Agora, assim que você derrete o gelo, a água entra fundo no meio da esponja. E é isso que as histórias fazem”. (SHAH, 2009, p. 303)

Ou seja, por meio dos contos, a mensagem pode penetrar o interior do homem de um modo que pela razão não seria possível. Desta forma, a mensagem pode ser diluída e se tornar penetrável. Seguindo este sentido, podemos observar a finalidade que eles atribuem as chamadas histórias de Nasrudin:

Os sufis, que acreditam que a intuição profunda é o único guia verdadeiro para o conhecimento, adotam essas histórias praticamente como exercícios. Eles pedem às pessoas que escolham algumas que particularmente lhes atraem e as revolvam na mente, apropriando-se delas. Os mestres instrutores dos dervixes dizem que dessa maneira pode-se avançar em direção a uma sabedoria superior. Mas os sufis concordam com aqueles que não seguem uma via mística, ao dizerem que todos podem fazer com as histórias de Nasrudin aquilo que as pessoas vêm fazendo ao longo dos séculos: desfrutá-las. (SHAH, 2011, p. 12)

Em síntese, as histórias são ferramentas para serem usadas pelo ser humano em seu processo de desenvolvimento. Os sufis acreditam que o pensamento racional é limitado e que desemboca em confusões que não levam para um entendimento superior. Eles pregam o entendimento por meio da linguagem simbólica e imprimem nos contos essa percepção. Para eles, o verdadeiro aprendizado é aquele baseado na experiência, na sabedoria aplicada aos desafios cotidianos. Os seguidores desta tradição afirmam que seus textos não podem ser compreendidos na forma literal e necessitam de uma capacidade intuitiva (SHAH, 1993).

Nessa perspectiva, os contos possuem várias camadas e seu estudo consiste em esgotar todos os aspectos e pontos de vistas contidos nos contos. Os mestres ensinam, geralmente em grupos, a partir da parte do conto que cada um vê e daquelas que não são percebidas (SHAH, 2014). Os sufis acreditam que os contos se revelam na medida que a pessoa está preparada e em condições adequadas para percebê-las.

Sobre as metáforas que são utilizadas, Shah define o conceito de símbolo: “O símbolo — roupagem que o espiritual toma emprestada ao plano material — é uma forma de expressão artística. Ou seja, não é literal, mas sugestivo, conquanto o artista que o usou possa, às vezes, perder de vista a distinção (SHAH, 1993, p. 67).

Shah (1993) exemplifica como os sábios da tradição trabalham as histórias. É interessante notar o ambiente ritualístico para contar e ouvir as histórias. É neste ambiente que o mestre suscita reflexões sobre o conto, com o intuito de que os ouvintes o sintam inteiramente:

Com o que equivale a uma tática de choque, o Mathnawi se inicia com um ensinamento, depois do célebre “Canto do caniço”, que lembra um conto de fadas a respeito de um príncipe que saiu à caça e uma bela jovem. Quando se instala a audiência, disposta a apreciar a história convencional, Rumi principia a manipulá-la para criar reflexões na mente e combater a tendência ao “sono”, sufisticamente considerada a reação usual às histórias populares (...).

Diz Hadrat-i-Paghman acerca dessa história: “Refleta nela, pois, a menos que a sinta inteiramente, você será como a criancinha que deseja tudo a tempo e chora quando as coisas não lhe parecem assim. Construirá uma prisão para si mesmo, uma prisão de emoção. E, quando estiver nessa prisão, ferir-se-á nas barras pontudas que você mesmo terá arranjado para si” (Ibid., p. 74).

Sentir e saber escutar são dois elementos constantemente abordados ao longo da obra de Shah. O autor destaca que o método de ensinamento do sufismo é de assimilação e não de estudo. “As histórias, enquanto um organismo, e corretamente utilizadas, oferecem um caminho extraordinário para outra forma de pensar e de ser” (SHAH, 2014, p. 148). Assim, diz Shah “os contos nos dão a noção de que cada coisa tem seu tempo apropriado e correto para acontecer” (apud GRILLO, 2012, p. 126). Por isso, é importante se demorar no conto e lê-lo mais de uma vez.

No livro *Nas Noites Árabes*, Tahir Shah, ao questionar sobre como encontrar a história do seu coração precisou aprender a ouvir histórias. No seu percurso de busca, o seu amigo Abdul Malik o aconselha a observar como uma criança, “você precisa apreciar sem preconceitos (...) só assim estará pronto para receber” (SHAH, 2009, p. 63).

Para Shah, as pessoas interessadas em histórias precisam saber que as suas camadas não se revelam de imediato, e variam com o tempo, as condições e a nossa experiência. Tahir Shah relata que uma vez seu pai contou uma história muito estranha. Ao terminar de ler, perguntou ao filho se ele tinha entendido a história e gostado dela. Ignorando que o filho aparentava não haver compreendido, disse:

Guarde-a com você. Com o passar do tempo, vai perceber que ela muda dentro de você”. “Como ela vai mudar, Baba?” “Ela vai estar aí, crescendo em silêncio. Um dia você vai perceber que ela fez algo maravilhoso” “O que ela vai fazer, Baba?” Ela vai dar frutos. (2009, p. 34)

Os contos da tradição oral Sufi, ainda que explicitamente destinados ao ensinamento do conhecimento tradicional, revelam, em suas narrativas, a riqueza simbólica dos conteúdos psíquicos e do processo de desenvolvimento da personalidade humana, como enfatiza SHAH (2014) os contos servem de ilustração de como as pessoas realmente são.

O aprendizado sufista por meio das histórias precisa basicamente de três pilares: tempo para ouvir e voltar a ouvir, amadurecimento para a integração do conteúdo e a inspiração revelada pela intuição. Trata-se de um processo de desenvolvimento humano, que ocorre em especial por meio dos contos, e é resultado de muitos “pequenos impactos e percepções se encaixando e produzindo *insights* quando o indivíduo está pronto para eles” (SHAH, 2014, p. 5). A seguir, observaremos como um conto da tradição oral Sufi ilustra um ensinamento, ao passo que olharemos seus aspectos simbólicos sob a lente junguiana.

Contos da Tradição Oral Sufi à Luz da Psicologia Analítica

“Sob a linguagem do poeta jaz a chave do tesouro”
(Nizami)

Neste último tópico iremos apresentar a leitura simbólica do conto da tradição Sufi chamado “A Lenda das Areias”⁵. O objetivo desta análise é estabelecer um paralelo entre os conceitos junguianos e as imagens simbólicas presentes na narrativa. De antemão, queremos fazer uma ressalva importante: não se trata de enquadrar a narrativa Sufi em conceitos pré-estabelecidos, como Idries Shah (1993) nos alerta a respeito do comportamento acadêmico ocidental. Nem tão pouco de psicologizar a narrativa, que segundo a tradição, precisa ser experienciada, sentida e assimilada.

⁵ Este conto pode ser encontrado em: GRILLO, N. (org.). *As Histórias da Tradição Sufi*. Rio de Janeiro: Edições Dervish, 1996.

O intuito proposto é fazer a leitura simbólica a partir das ferramentas conceituais que Jung nos fornece, compreendendo que se trata de um olhar atravessado por esta perspectiva. Jung mesmo nos diz que as concepções de cada arquétipo são na sua essência um fator psíquico *desconhecido* (grifos do autor). Indo de encontro a este pensamento, Von Franz afirma que “o conto de fada é, em si mesmo, a sua melhor explicação” (VON FRANZ, 1990, p. 9).

Ou seja, na Psicologia Analítica, o que podemos fazer é circunscrever as imagens arquetípicas, exatamente como se faz com os sonhos. “O significado está contido na totalidade dos temas que ligam o fio da história”. (Ibid., p 9-10), contudo “a interpretação é um escurecimento da luz original que brilha no próprio mito” (Ibid., p 46). Então, por que interpretamos? Pela mesma razão que alguém busca o significado do seu sonho. Assim, podemos compreender um conto como um sonho coletivo e ainda assim nos perguntar, “Mas o que este conto quer dizer para mim?”. Na prática clínica, analisar um conto e saber qual é o seu tema arquetípico é fundamental para oferecer ao paciente de acordo com a sua necessidade, ou dele receber para poder juntos desdobrar durante o processo psicoterapêutico.

Von Franz (1990) utiliza como metáfora para explicar a origem de um conto de fadas, a imagem de uma pessoa que teve uma visão ou experiência original impactante e quer compartilhar. Como aquela experiência nunca havia sido explicada antes em termos conceituais, para traduzi-la é necessário utilizar metáforas, por meio de analogia com aquilo que é familiar, para poder ser compreensível aos ouvintes.

Na tradição Sufi, segundo Shah (1993), a narrativa por meio da linguagem simbólica é apropriada por esta tradição que a utiliza como uma ferramenta de comunicação do sensível, daquilo que não pode ser assimilado por meio da razão.

O conto “A Lenda das Areias”

Vindo desde as suas origens nas distantes montanhas e após passar por inúmeros acidentes de terreno nas regiões campestres, um rio finalmente alcançou as areias do deserto. E do mesmo modo como vencera as outras barreiras o rio tentou atravessar esta agora, mas se deu conta de que mal suas águas tocavam na areia, desapareciam.

Estava convicto, no entanto, de que fazia parte de seu destino cruzar aquele deserto, embora não conseguisse fazê-lo. Então uma voz misteriosa, saída do próprio deserto arenoso, sussurrou:

— O vento cruza o deserto, o mesmo pode fazer o rio.

O rio objetou que se arremessava contra as areias, e era absorvido, enquanto o vento podia voar, conseguindo dessa maneira atravessar o deserto.

— Arrojando-se com violência como você vem fazendo, não vai conseguir. Assim você vai desaparecer ou se transformar num pântano. Você deve permitir que o vento o conduza a seu destino.

— Mas como isso pode acontecer?

— Consentindo ser absorvido pelo vento.

Essa sugestão não era aceitável para o rio. Porque ele nunca fora absorvido. Não desejava perder sua individualidade. Uma vez a tendo perdido, como saber se a recuperaria mais tarde?

— O vento desempenha essa função – disseram as areias. – Eleva a água, a conduz sobre o deserto e depois deixa ela cair. Caindo na forma de chuva, a água novamente se converte num rio.

— Como posso saber se isso é verdade?

— Pois assim é, e se você não acredita não se tornará outra coisa senão num pântano, e ainda isto levaria muitos e muitos anos; e um pântano não é certamente a mesma coisa que um rio.

— Mas não posso continuar sendo o mesmo rio que agora?

— Você não pode, em caso algum, permanecer assim – retrucou a voz. – Sua parte essencial é transportada e forma um rio novamente. Você é chamado assim ainda hoje por não saber qual é a sua parte essencial.

Ao ouvir tais palavras, certos ecos começaram a ressoar nos pensamentos mais profundos do rio. Recordou vagamente um estágio em que ele, ou uma parte dele, não sabia qual, foi transportada nos braços do vento. Também se lembrou, ou lhe pareceu assim, de que era isso o que devia fazer, ainda que não fosse a coisa mais natural.

Então o rio elevou seus vapores nos acolhedores braços do vento, que suave e facilmente o conduziu para o alto e para bem longe, deixando-o cair suavemente tão logo tinham alcançado o topo de uma montanha, milhas e milhas mais longe. E porque o rio teve as suas dúvidas, ele pôde recordar e gravar com mais firmeza em sua mente os detalhes daquela sua experiência. E ponderou:

— Agora eu conheço a minha verdadeira identidade.

O rio fazia seu aprendizado, mas as areias sussurraram:

— Nós temos o conhecimento porque vemos essa operação ocorrer dia após dia, e porque nós, as areias, nos estendemos por todo o caminho que vai desde as margens do rio até a montanha.

E é por isso que se diz que o caminho pelo qual o rio da vida tem de seguir em sua travessia está escrito nas areias.

Análise simbólica do Conto

No conto “A Lenda das Areias”, não há o “era uma vez” e nem uma esfera de ambientação em algum reino mágico. Essa ambientação possivelmente se dá no clima ritualístico em que são contados os contos. Ainda assim, o conto é atemporal, a primeira frase do conto, “vindo desde suas origens”, nos remete a um tempo intangível.

Pareceu-nos perceptível que o conto tem por objetivo ser uma metáfora de ensinamento. Observemos que o conto narra a trajetória de um rio que precisa atravessar um deserto. Ao se deparar com o deserto, o rio é absorvido pela areia. Neste aspecto se apresenta o problema da história. Até aqui observamos que a história não tem personagens humanos, o que poderia caracterizar, na leitura junguiana, uma simbologia de um impulso mais primitivo. Nota-se que o rio vem desde suas origens, ou seja, desde seu nascimento, em um impulso de vida e sobrevivência que lhe permitiu percorrer um determinado percurso.

Chegando no deserto, apresenta-se o problema da história. Não é possível atravessá-lo. “E do mesmo modo como vencera as outras barreiras o rio tentou atravessar esta agora”. O impulso primitivo de vida estava condicionado a vencer as barreiras. Contudo, ao se deparar com o deserto, “vencer”, que talvez possa ser lido como lutar contra, não funcionou mais.

O deserto absorve o rio. Absorver pode ser lido como desaparecer com o rio. O ego, centro da consciência, que vinha no seu impulso mais primário, atravessar o rio com força, perde o seu controle sobre a vida. O deserto é absoluto. Neste ínterim se desenrola a peripeteia do conto, segundo Franz (1990) são os altos e baixos da história.

Podemos refletir sobre a função do deserto na narrativa, uma vez que a psicologia junguiana busca compreender a finalidade, o sentido dos acontecimentos vividos para o processo de individuação. Nesse sentido, podemos pensar que a função do deserto é provocar a mudança de atitude no rio. Ou seja, somente a partir de um obstáculo intransponível que o rio pode considerar a mensagem do vento. Assim, o deserto pode representar um aspecto do Self, ou seja, a função autorreguladora da totalidade da psique.

Jung aponta que uma das funções do Self é impulsionar a individuação do ego por meio de obstáculos. Para autorregular a psique e retirá-la de um estado de inércia, é necessário que haja aceleração da energia psíquica ou um obstáculo que a impulsiona para outra direção. Ainda que ponderássemos o deserto como sendo representativo das dificuldades da vida, ou seja, as experiências (aqui não estamos nos referindo a uma condição social estrutural) que torna a vida árida, com pouca vida, o símbolo presente na narrativa traz uma importante orientação, possibilita a assimilação de um sentido para o obstáculo.

Neste momento da narrativa, surge outro personagem, o vento que diz “O vento cruza o deserto, o mesmo pode fazer o rio”. O elemento ar tem um movimento ascensional e, portanto, pode ser associado à função psíquica da intuição. O vento que envia uma

mensagem superior, que chega dos céus, para auxiliar o rio, nos leva para algo que transcende a realidade concreta.

O livro *Psicologia e Alquimia*, Jung (OC. Vol. XII) fala sobre as operações alquímicas. Podemos fazer uma associação entre o vento do conto com o processo de *sublimatio*, termo que vem do latim “*sublimis*” e quer dizer “elevado”. É uma operação que pertence ao elemento ar e simbolicamente fala do processo ascendente de transformação. Aquilo que antes era inferior, terreno, é elevado aos céus (o corpo que se torna espírito). Nesse sentido, a *sublimatio* é, psicologicamente, o processo de elevação de experiências concretas e pessoais a um nível de entendimento superior, a uma visão mais ampla a respeito da totalidade da vida.

É neste momento do diálogo entre o rio e o vento que inaugura o que Von Franz irá chamar de clímax da história. O vento é uma espécie de voz superior, que conhece o desafio do rio a partir de uma perspectiva mais ampliada. Ele observa “de cima” todo esse processo de sublimação do rio acontecer inúmeras vezes. Precisamos ouvir “essa voz interior” que está além da estagnação dos nossos desertos. As areias concordam com o que diz o vento, mostrando que o deserto não é um aspecto negativo da psique.

Mas o rio insiste em não perder a sua individualidade. Ele sente medo diante da necessidade em ser absorvido pelo rio e parece querer algum tipo de garantia de que o vento e as areias estão certos quando dizem que ele precisa ser absorvido pelo vento para atravessar o deserto. Diz o vento: “Você não pode, em caso algum, permanecer assim – retrucou a voz. – Sua parte essencial é transportada e forma um rio novamente. Você é chamado assim ainda hoje por não saber qual é a sua parte essencial”.

Do ponto de vista psicológico, podemos ler a cena descrita acima como a resistência do ego diante da ameaça da perda do seu controle, ou da sua ilusão de controle, sobre o curso da vida. Se ele continuar sendo o mesmo acabará, depois de anos de repetição do mesmo movimento, na inércia psíquica, que pode estar associada à imagem do mangue, pois no mangue a água certamente não tem fluidez.

O rio, aqui interpretado como o ego, centro da consciência, precisa renunciar ao controle rígido e à atitude unilateral. Ou seja, a consciência precisa ouvir o inconsciente (a voz superior) e dialogar com ela, aceitando sua sublimação. É interessante notar a preocupação do rio com a sua identidade, enquanto o vento lhe diz que ele manterá a sua parte essencial ao se converter em rio novamente, e se lembrará de quem é. Ao final do processo de sublimação e condensação do rio, ele diz que agora sabe qual é a sua verdadeira identidade.

Podemos associar a identidade inicial à persona, a parte de nós que nos adapta ao mundo externo e que é muitas vezes vivida como se fosse o “eu”. E a verdadeira identidade ao final da narrativa, em uma personalidade mais integrada, com uma percepção de “eu”

mais profunda, uma vez que o rio foi sublimado e convertido em um novo. Ele abandonou seu padrão de funcionamento rígido e unilateralizante. Poderíamos também dizer, de forma análoga, que o rio – ego – integrou a estagnação- aspecto sombrio.

Esta cena final, onde é narrada a descoberta de uma verdadeira identidade, nos parece importante do ponto de vista psicológico, já que para Jung (OC. Vol. XII) a *sublimatio* levada a extremos, pode acarretar a dissociação do ego, já que a capacidade de dissociação da psique é tanto a fonte da consciência do ego quanto a causa da doença mental.

O rio volta em forma de chuva. A chuva geralmente é associada a fertilidade que dá início a um novo ciclo de vida na terra. E é assim que o rio, a energia psíquica que dá movimento à vida, volta a fluir, agora com uma capacidade de compreensão maior e uma consciência mais ampliada. Com a passagem “E é por isso que se diz que o caminho pelo qual o rio da vida tem de seguir em sua travessia está escrito nas areias”, a narrativa traz a pessoa de volta ao “mundo concreto e consciente”. Agora, de volta ao momento presente, podemos repensar nossas travessias e desertos.

Considerações finais

O presente trabalho investigou contos de tradição oral, tendo como recorte sua expressão na tradição Sufi. Na perspectiva junguiana, os contos podem ser considerados narrativas advindas de uma experiência gerada pelo contato com algum conteúdo arquetípico. Além disso, são conhecimentos baseados na experiência e que são relatados oralmente de geração a geração, assumindo diversas formas e temas por todo o mundo.

De fato, uma experiência pessoal significativa não carece da novidade do conteúdo informativo, ela pode ser contada e recontada inúmeras vezes, sem que com isso perca seu poder de atração. É por isso que os contos de tradição oral até hoje exercem o fascínio de diversos campos de pesquisa acadêmica e ainda estão vivos no cotidiano de muitas culturas.

O tema foi analisado sob a ótica da Psicologia Analítica clássica. Nessa perspectiva é importante partir do conceito de inconsciente coletivo e de arquétipo para apresentar os contos de tradição oral, enquanto expressão simbólica da estrutura básica da psique. Ou seja, uma expressão de como o arquétipo do Self impulsiona a psique para o processo de individuação, por meio da autorregulação de suas partes.

Na tradição Sufi, pudemos observar que a linguagem analógica foi apropriada culturalmente como meio de comunicação do sensível, ou seja, do conhecimento advindo de uma consciência universal e que não pode ser apreendido racionalmente. Do contrário, precisa ser vivido, experienciado, sentido.

Na Psicologia Analítica, Jung e Von Franz afirmam que o conto surge do processo de descrever, por meio de imagens que são familiares, algum acontecimento que é indescritível

por ser uma experiência original, nunca definida conceitualmente pelo narrador. Para a tradição Sufi, tal processo é utilizado de forma deliberada, consciente, mística e espiritual.

Ou seja, os contos são conscientemente utilizados como ferramenta para transmitir o conhecimento adquirido pelos ancestrais da tradição. Os Sufis usam histórias de ensinamento como uma maneira de transmitir ideias de forma mais palatável ao entendimento das pessoas. Nas referências utilizadas, o método sufi é comparado com um pêssego, cuja polpa deliciosa da fruta é necessária para possibilitar que a semente seja passada adiante e, assim, ser plantada, germinada e criar raízes nas pessoas.

Nos estudos sobre o sufismo observamos a afirmação de que o pensamento racional não é capaz de assimilar a ideia transmitida pelo conto. Neste aspecto, podemos concordar com base em Jung, uma vez que para haver a compreensão dos símbolos, a estrutura do pensamento precisa ser outra do usualmente aceito na cultura ocidental, é o que Jung denomina de pensamento fantasia⁶.

No conto analisado, “A Lenda das Areias”, nos pareceu perceptível que o conto tem por objetivo uma metáfora de ensinamento. Observamos como o conto pode falar a respeito do movimento do Self impulsionando o ego rígido a aceitar a perda de sua visão unilateral, com a finalidade de proporcionar um olhar sobre sua trajetória através de uma perspectiva mais ampla, aceitando a voz do vento, ou seja, do espírito.

São inúmeras as possibilidades de aproximação entre a tradição Sufi, seus contos e os conceitos da psicologia junguiana. Por ora, em razão das limitações deste estudo, vamos nos ater à função de ensinamento dos contos. Contar e recontar histórias vem sendo abordado por eles há séculos como meio de ensinamento da tradição, educação dos jovens, desenvolvimento pessoal e espiritual.

Tanto na tradição Sufi quanto na psicologia junguiana observamos que apenas refletir sobre um conto, interpretá-lo, ainda que utilizando os conceitos adequados, não é necessariamente vivenciá-los. No campo da arte-educação, afirma-se que o contato com os contos e o efeito que resulta desse encontro é mais importante que o seu conteúdo. Vimos que Jung nos fala da função transcendente, como esse resultado transformador promovido pelo símbolo, que evoca o contato do inconsciente com o consciente capaz de proporcionar a integração das polaridades opostas.

Ora, a história é um elo entre inconsciente coletivo e a consciência. E não é somente nas comunidades antigas que essa linguagem se apresenta com maior capacidade de penetrar a alma humana. Assim também atua a clínica na perspectiva junguiana, seja na arteterapia ou na clínica na sua forma mais clássica, uma vez que o terapeuta precisa

⁶ Para Jung, o pensamento dirigido se destina à adaptação externa, ele é um instrumento da cultura e tem a finalidade de comunicar um fato tal como ele é, já o pensamento fantasia se aproxima da linguagem dos sonhos, das crianças e dos povos originários. Ele fala por meio de metáforas, por imagens e se move por razões interiores.

compreender a linguagem simbólica do inconsciente e sua manifestação nos conflitos pessoais do paciente. Como afirma Von Franz, os contos de tradição oral continuam sendo o melhor recurso para apreender a estrutura psíquica. Nesse sentido, tanto na clínica quanto no ateliê arteterapêutico, são apresentados como um material de linguagem universal e de grande importância que pode ser oferecido como recurso terapêutico mediante a necessidade do indivíduo.

Consideramos, por fim, que interessa para clínica junguiana as premissas do sufismo sobre o uso dos contos: saber ouvir, tempo e condições adequadas para o amadurecimento do conteúdo e a inspiração revelada pela intuição. Além disso, lembramos que Shah fala que o verdadeiro narrador é aquele que experienciou a história, ou seja, aquele que pode contá-la de dentro e não apenas colá-la para fora. Este é, sem dúvida, um desafio para o psicoterapeuta, conhecer os seus recursos internos para poder experienciar a história e, a partir dela, poder facilitar o encontro do paciente com a sua própria história.

Com relação à hipótese investigada, o presente estudo concluiu pela sua confirmação. Dessa forma, afirmamos que os contos de ensinamento da tradição Sufi são um importante recurso terapêutico, porque possibilitam o que Jung denomina de “função transcendente”. Os símbolos presentes na narrativa podem proporcionar o diálogo entre o consciente e o inconsciente, podendo proporcionar outros estados de consciência, por meio de uma saída criativa para a problemática pessoal.

Data de recebimento: 28.12.2022

Data primeiro aceite: 27.03.2023

Data segundo aceite: 17.04.2023

Referências Bibliográficas

BENJAMIN, W. **Magia e Técnica, Arte e Política:** ensaios sobre literatura e história da cultura. Trad. Sergio Paulo Rouanet. São Paulo: Editora Brasiliense, 1985.

GRILLO, J. **O Rio Atravessa o Deserto:** Considerações sobre o conto tradicional e a aprendizagem na Escola de Arte Granada. Dissertação (Mestrado em Comunicações e Artes) - Universidade de São Paulo, 2012.

_____. **Os Arquétipos e o Inconsciente Coletivo.** OC. Vol IX/I. Petrópolis, RJ: Vozes.

_____. **Psicologia e Alquimia.** Vol. XII. Petrópolis, RJ: Vozes.

MATOS, G. A. & SORSY, I. **O Ofício do Contador de Histórias.** 3. ed. São Paulo: Martins Fontes, 2013.

SHAH, I. **Os Sufis.** 9. ed. São Paulo: Cultrix, 1993.

_____. **As façanhas do incomparável Mulá Nasrudin.** Rio de Janeiro: Roça Nova, 2011.

_____. **Um Escorpião Perfumado:** o caminho para o caminho. Rio de Janeiro: Roça Nova, 2014.

SHAH, T. **Noites Árabes:** uma Caravana de Histórias. Rio de Janeiro: Roça Nova, 2009.

SILVEIRA, N. **Jung:** vida e obra. 14. ed. Rio de Janeiro: Paz e Terra, 1994.

VON FRANZ, M. L. **A Interpretação dos Contos de Fadas.** São Paulo: Edições Paulinas, 1990.;

_____. **O Significado Psicológico dos Motivos de Redenção nos Contos de Fadas:** um estudo arquetípico sobre conflitos e problemas de relacionamentos. 2. ed. São Paulo: Cultrix, 2021.

ARTIGO CIENTÍFICO ORIGINAL**Bonecas Poéticas e Arteterapia: uma conexão com a arte, a ancestralidade, a natureza e a alma****Poetic dolls and art therapy: a connection with art, ancestry, nature and soul**Marilena Alves Valentim Ramos¹

Resumo: O presente artigo tem como objetivo analisar a conexão entre Bonecas Poéticas e a Arteterapia. Portanto, Bonecas Poéticas são recursos no processo arteterapêutico, cujo atendimento em grupo ou individual no *setting* arteterapêutico facilitam e incentivam os seus interagentes a se reconectarem com suas emoções neste processo criativo. Para atingir uma compreensão deste objetivo geral definiram-se dois objetivos específicos: conhecer o processo de individuação mediada pela Arteterapia e identificar a importância das Bonecas Poéticas na formação do indivíduo e sua inserção na sociedade. Para tanto, foram realizadas pesquisas bibliográficas sobre a Arteterapia e uma observação assistemática junto ao ambiente dos grupos de vivências terapêuticas com as Bonecas Poéticas. O trabalho com as Bonecas Poéticas busca reunir, estruturar, integrar, relacionar, ordenar, organizar e desembaraçar emoções internas e sensações externas, no qual incentivam os seus interagentes a reconectarem com suas emoções neste processo criativo. Um objeto singelo que revela valores e costumes de uma determinada sociedade, não estando apenas ligado ao universo infantil e lúdico.

Palavras-chave: Arteterapia; bonecas poéticas; afeto; individuação.

Abstract: This article aims to analyze the connection between Poetic Dolls and Art Therapy. Therefore, Poetic Dolls are resources in the art therapy process, whose group or individual assistance in the art therapy setting facilitates and encourages their interactors to reconnect with their emotions in this creative process. In order to reach an understanding of this general objective, two specific objectives were defined: to know the process of individuation mediated by Art Therapy and to identify the importance of Poetic Dolls in the formation of the individual and his insertion in society. To this end, bibliographical research on Art Therapy and an unsystematic observation of the environment of groups of therapeutic experiences with the Poetic Dolls were carried out. The work with Poetic Dolls seeks to gather, structure, integrate, relate, order, organize and untangle internal emotions and external sensations, in which they encourage their interactors to reconnect with their emotions in this creative process. A simple object that reveals values and customs of a given society, not just being linked to the childish and playful universe.

¹ Arteterapeuta filiada à AATESP 663/720. Lattes: <http://lattes.cnpq.br/0921031635812540>.

Keywords: Art Therapy; poetic dolls; affection; individuation.

Introdução

Este artigo apresenta o resultado de uma pesquisa que teve como tema a análise da conexão entre as Bonecas Poéticas e a Arteterapia na busca de uma conexão com a arte, a ancestralidade, a natureza e a alma.

Portanto, Bonecas Poéticas são recursos no processo arteterapêutico, cujo atendimento em grupo ou individual no setting arteterapêutico facilitam e incentivam os seus interagentes a se reconectarem com suas emoções neste processo criativo.

Ao brincar com as bonecas, a criança expressa seus sentimentos e exprime suas necessidades de afeto. Essas questões também podem ser observadas nos adultos, as bonecas são capazes de ativar a memória emotiva, despertar sentimentos profundos e fazer perceber habilidades antes desconhecidas.

As bonecas de pano trazem a representação do ser, carregadas de significados arquetípicos, especialmente o da criança interior.

A boneca é um artefato da cultura material que está presente em todas as civilizações, ao longo da história da humanidade, e que carrega inúmeros significados simbólicos, místicos, antropológicos e sociais. Um objeto singelo que revela valores e costumes de uma determinada sociedade, não estando apenas ligado ao universo infantil e lúdico.

O trabalho com as Bonecas Poéticas busca reunir, estruturar, integrar, relacionar, ordenar, organizar e desembaraçar emoções internas e sensações externas. Potencializa paciência, delicadeza, minúcia, presença, ritmo harmônico, expansão, meditação, contemplação e ordenação, através do contato íntimo com o tempo e todas as suas sabedorias.

Trazendo essas habilidades para os processos internos é possível abrir espaço para a afetividade, a feminilidade, sua delicadeza e força, além de desemaranhar e resolver muitas situações de conflito interno e traumas.

Assim sendo, construir uma Boneca Poética é antes de tudo se reconectar com a fonte do nosso poder pessoal criativo e amoroso, é embalar nossos sonhos de afeto e autocura e assim com a nossa autoestima elevada oferecer ao mundo toda nossa máxima expressão criativa de luz e sabedoria.

Para atingir o objetivo geral de analisar a conexão entre as Bonecas Poéticas e a Arteterapia, definiram-se os seguintes objetivos específicos: conhecer o processo de individuação da Arteterapia e identificar a importância das Bonecas Poéticas na formação do indivíduo e no seu processo de criatividade e autoconhecimento.

A relevância desta pesquisa se justifica pela possibilidade de conhecer a integração de informações oriundas de intervenção e interpretação desta especificidade de vivências terapêuticas em conexão com a Arteterapia.

Esse contexto das Bonecas Poéticas provocou a seguinte pergunta: Como as Bonecas Poéticas, objetos que trazem tanta força arquetípica, podem auxiliar na jornada da evolução de cada ser?

Para a compreensão deste tema, o artigo foi organizado em seções: seção 1 traz a introdução do conteúdo deste estudo, com a apresentação do tema, do problema de pesquisa, da justificativa e dos objetivos deste artigo; seção 2 detalha a metodologia adotada; seção 3 apresenta a narrativa de vida da autora ao encontro das Bonecas Poéticas; seções 4 e 5 apresentam a visão teórica da pesquisa; seção 6 descreve uma proposta de vivência terapêutica com as Bonecas Poéticas; por último, são apresentadas as considerações finais e as referências bibliográficas.

Método

Para desenvolver esta pesquisa optou-se por uma metodologia de natureza qualitativa, para qual foi realizada uma técnica assistemática junto ao ambiente dos grupos de vivências terapêuticas com as Bonecas Poéticas, onde procurou-se “recolher e registrar os fatos da realidade sem a utilização de meios técnicos” (LAKATOS E MARCONI, 1991, p. 79).

Complementando esta observação assistemática foram realizadas vivências terapêuticas na construção de Bonecas Poéticas com grupos diversificados de pessoas.

Nessas vivências, buscou-se identificar as etapas de construção e execução de terapia e autoconhecimento, com intuito de “obter mais informações das pessoas em relação aos seus valores, às suas atitudes e às suas percepções, acerca desta experiência” (HAGUETTE, 1992, p. 86).

Foi realizada uma pesquisa bibliográfica que compreendeu o levantamento de referências e identificação de trabalhos científicos sobre o tema escolhido.

Na próxima seção segue minha narrativa de vida em que crio a Boneca Poética como recurso nas vivências terapêuticas.

O meu encontro com as Bonecas Poéticas

Para melhor compreensão desta proposta de vivência terapêutica, conto um pouco da minha trajetória até o encontro com as Bonecas Poéticas, em que este caminho torna-se a minha própria individuação.

Sempre senti profundo interesse por estudar e compreender o pensamento e as obras de Carl Gustav Jung. A sua visão sobre a humanidade, a arte e a psicologia ressoam

em meu ser.

Quanto mais eu estudo e naturalizo seus conhecimentos, mais emocionada e segura da minha jornada eu me percebo.

Sinto e me conecto com a grande alma do mundo e nesse sentimento me encontro em minhas raízes, meu sustento e minha criatividade.

Venho de uma família muito simples e conectada com a manualidade e a terra, acostumada a perceber os ciclos, as estações, as fases da lua, a medicina natural de plantas e rezas. Filha de uma benzedeira, filha de um artista da madeira e neta de parteira, várias gerações de mulheres: Maria de nome e força no coração.

Misticismo, fé, força, conhecimento, coragem, medicina natural, criatividade e amor é o legado que carrego. Legado esse que ficou adormecido por um longo tempo, enquanto eu silenciava as vozes e o chamado para ocupar o meu lugar.

Quando o discípulo está pronto, o mestre aparece e nessa aparição à minha formação em Arteterapia e a possibilidade de estudar e aprofundar nas bases sólidas e tão bem estruturadas da Psicologia Analítica e junto com toda essa “Caixa de Pandora”, acontece o Mestrado em Reiki, a formação em Mandalas Terapêuticas, o Tarô, a formação em Constelação Familiar Sistêmica e o encontro com o Sagrado Feminino da Mística Andina.

Durante esse período, de estudos e expansão que a Arteterapia me possibilitou, acontece o grave adoecimento da minha mãe que acaba por refinar nossas conversas, trazendo os ensinamentos de suas rezas e de seus benzimentos antigos, passados sempre na oralidade de um ancestral ao outro e o momento de sua partida.

Não se passaram muitos dias até que eu pudesse encontrar uma carta de amor deixada para mim, onde ela me entregava sua boneca de infância e uma caixa com seus bordados secretos, moldes de bonecas de pano e instruções que ela nunca conseguiu realizar.

Nesta caixa estavam guardadas duas tesouras, uma mais antiga por minha avó para fazer os partos, corajosamente, no interior da cidade de Belo Vale, em Minas Gerais, e a outra mais nova e brilhante que acompanhou a minha mãe durante toda a sua vida, foi presente de sua mãe e era usada para cortar as rosas que ela usava para benzer as crianças e os enfermos no bairro da minha infância. Levei muito tempo para compreender a imensidão dessa carta.

Até que um dia recebi um convite para participar de um encontro da Mística Andina, cuja proposta era uma imersão de um final de semana inteiro para a produção de bonecas de cura e prosperidade, com uma técnica muito interessante que dispensava saber costurar.

Mergulhei nesse encontro. Encontrei tanta dificuldade que fui convidada a respirar e afastar-me da atividade. Fiquei em choque com tudo o que estava acontecendo e bloqueei a

minha criatividade naquele momento.

Algum tempo se passou e, então, no meu quintal eu resolvi honrar a minha mãe realizando a minha primeira boneca de pano, sem julgamento, apenas acolhi.

Signifiquei essa boneca com tudo o que me energizava, como cristais, plantas de cheiro, óleo essencial, fiz um tingimento natural com chá, naqueles tecidos envelhecidos da minha mãe, lãs coloridas, flores, bordados, renda, fiz prece, meditei e na frequência Reiki produzi a Deusa da Natureza.

Publiquei uma imagem dessa boneca viva e perfumada na minha rede social para registrar esse momento profundamente iniciático e integrador de consciência sagrada em mim mesma e o resultado foi que até hoje essa boneca ressoa nos corações e traz a cada pessoa um sentido e uma cura diferente.

E hoje, sou profundamente grata e eu sei qual é o meu lugar e qual é a minha responsabilidade em integrar a Arteterapia e mediar os processos terapêuticos que emanam do encontro entre as infinitas possibilidades das Bonecas Poéticas e as pessoas e seus afetos.

Para melhor compreensão dessa relação da Arteterapia com as Bonecas Poéticas, segue, na próxima seção, a busca pelo conhecimento do processo de individuação.

A Arteterapia no processo de individuação

Desde o início dos tempos a arte faz parte da humanidade. Ela é considerada pelos nossos ancestrais como sagrada, transformadora, pois consideram que possui uma ligação direta com a doença e com a saúde, tendo assim o potencial da cura.

Difícil é delimitar o conceito de Arteterapia, mas para começar podemos dizer que é uma terapia através da arte, e essa arte é plena de toda sua grandeza, apresenta-se por meio de todas as suas infinitas possibilidades de expressão, é também “uma ação terapêutica que é abrangente, holística e, sobretudo transdisciplinar” (PHILIPPINI, 2008, p. 13).

Segundo Silveira (1981), o conceito de individuação formulado por Jung tem sido frequentemente deturpado, apesar de ser claro e simples na sua essência: é a tendência instintiva do ser humano a realizar plenamente potencialidades inatas. Entretanto, de fato, esclarece Silveira que:

[...]a psique humana é tão complexa, são de tal modos intrincados os componentes em jogo, tão variáveis as intervenções do ego consciente, tantas as vicissitudes que podem ocorrer, que o processo de totalização da personalidade não poderia jamais ser um caminho reto e curto de chão bem batido. Ao contrário, será um percurso longo e difícil. (SILVEIRA, 1981, p. 88)

O conceito de individuação talvez seja o elemento mais importante na obra de Jung: individuar-se é “tornar-se si mesmo”, atingindo os potenciais próprios. Assim, a individuação é um processo espontâneo de amadurecimento por meio do qual o indivíduo se torna o que

está “destinado” a ser, desde o início de sua existência. Nesse contexto, a arte manifesta-se em suas diferentes formas, sendo rica em seus caminhos de criação.

A Arteterapia não trata apenas de artes plásticas, já que é ampla em suas inúmeras possibilidades, e sendo diversa em suas linguagens, poderá complementar-se na música, na dança, na expressão corporal, na dramatização e em outras linguagens expressivas. Seus desdobramentos podem ir até onde a imaginação alcançar.

Segundo os escritos de Silveira (2001), o psiquiatra suíço Carl Gustav Jung (1875-1961) foi quem expressamente iniciou a utilização de uma linguagem manifestada pela arte e associou essas expressões à prática da psicoterapia.

Jung (1977) considerava a manifestação artística uma função psicológica natural e estruturante, cuja capacidade de cura estava em dar forma e transformar conteúdos inconscientes em imagens simbólicas.

Conforme Andrade (2000), Carl Gustav Jung sempre indicava aos seus pacientes que desenhassem ou pintassem livremente sonhos, sentimentos, situações que expressassem questões de conflito e, assim, analisava os processos criativos de seus pacientes como uma expressão simbólica do inconsciente individual e coletivo.

Jung (1977) utilizava a técnica psicoterapêutica do desenho livre como forma de tornar mais fácil o processo de interação verbal com o paciente e porque acreditava totalmente na capacidade que o homem carrega em si mesmo para organizar seu caos interior por meio das expressões artísticas.

Segundo publicação no *site* do Instituto Freedom (2017), a Arteterapia junguiana iniciou-se no Brasil tendo como referências essenciais o próprio Jung e o empenho desejo de humanização de Nise da Silveira. A partir do pensamento Junguiano, podemos afirmar que a função da manifestação da arte é intermediar a produção de símbolos do inconsciente.

De acordo com o estudo elaborado por Jung (1977), uma palavra ou uma imagem é simbólica quando implica alguma coisa além do seu significado manifesto e imediato, sendo que esse outro sentido remete ao inconsciente. Jung (1977) concebe, além do inconsciente pessoal, a existência do inconsciente coletivo, formado pelos instintos e pelos arquétipos.

Na seção adiante busca-se a compreensão da conexão entre masculino e feminino como partes integrantes da totalidade do ser que precisam ser vistas e reconhecidas.

O religare do sagrado feminino e masculino como um caminho em direção ao centro sagrado do si mesmo

Em seus estudos sobre a psique humana, Jung (1987) propõe dois arquétipos investidos de grande significado que constroem um elo ou ponte entre o consciente e o inconsciente – anima e animus. E que funcionam como um princípio inconsciente autônomo

identificável em todas as relações do homem e da mulher.

Na psicologia do homem, Jung destaca a anima que, sendo feminina, é a figura que compensa a consciência masculina.

Segundo Wilhelm (1998), a anima não é um ser transcendental, mas algo que se pode experimentar, tal como o define com clareza o texto em questão: os estados afetivos são experiências imediatas. Por que, então, se fala de anima e não de simples humores? O motivo é o seguinte: os afetos têm um caráter autônomo e por isso subjagam a maioria das pessoas. No entanto, os afetos também são conteúdos da consciência que podem ser delimitados, isto é, são partes integrantes da personalidade.

Jung (2008) cita que há uma imagem coletiva da mulher no inconsciente do homem, com auxílio da qual ele pode compreender a natureza da mulher. Na mulher, a figura compensatória é de caráter masculino, designada por animus.

Jung (1977) descreve também as projeções que surgem do animus: o mestre, o campeão, o líder, o amante, o marido.

Segundo Silveira (1992), as relações entre homens e mulheres ocorrem dentro de um tecido fantasmagórico produzido por anima e animus.

Projetados na pessoa amada não é de surpreender que surjam emaranhados problemas na vida de casais, no cotidiano. Uma “via importante para a integração do animus é a consciência sobre o parceiro sexual amoroso, através da tarefa importante de discriminar quem sou eu, quem é ele, dentro de um relacionamento simbiótico” (CORRÊA, 2003, p. 59).

As personificações que o animus assume em sonhos, contos de fada, mitos e outras produções do inconsciente variam em animais selvagens, demônios, príncipes, criminosos, heróis, feiticeiros e homens brutos.

Emma Jung (1995), esposa de Jung, a primeira mulher a descrever o animus a partir da perspectiva da própria mulher diante de suas próprias vivências, diferentemente das descrições projetivas de homens até então, diz que o princípio masculino é representado por quatro possibilidades: a Palavra, o Poder, o Significado e o Ato.

Essas funções são notavelmente pertinentes em termos das capacidades que as mulheres precisam desenvolver em si próprias.

Johnson (1987) lembra que a mulher inconsciente do animus tem um caminho a percorrer para se desenvolver.

A integração do animus por esta mulher pode ser compreendida e ilustrada pelo mito de Eros e Psique, através das tarefas a que lhe são impostas por Afrodite para reaver o amor de Eros.

Dar conta de sua natureza-formiga, de sua natureza-carneiro, de sua natureza-águia, e, então, poder lidar com o mundo externo, que parece tão ameaçador a esta mulher.

Sem uma relação com o animus, a mulher pode vivenciar, a partir de dentro, uma voz

auto depreciadora que lhe diz que não consegue pensar direito que, depois de arruinar a mulher, às vezes, transforma-se em auto elogios rasgados.

Oscila-se entre a consciência de total nulidade e um elevado sentimento de valor e de si mesmo. E, a partir de fora, a mulher pode se revelar uma megera, uma mulher que argumenta de uma maneira irritantemente ilógica, aferrando-se a uma opinião irrelevante.

Ela tem medo de reivindicar seu próprio poder de raciocínio e autoridade e, então, manifesta-se de uma forma não decidida, mas defensiva porque percebe deficiências.

Pode-se entender que, por outro lado, a mulher, também inconsciente de seu animus, pode se identificar com ele e vivenciá-lo como uma persona bastante rígida. Então, masculiniza-se, reprimindo e bloqueando sua natureza feminina.

Talvez, o que falta seja justo o resgate do feminino, tanto no homem como na mulher, para que se construa entre eles uma relação de reciprocidade no lugar da relação de competitividade e complementaridade, que é vivida atualmente.

Segundo Murano e Boff (2002), somente quando cada um reconhecer o que possui escondido dentro de si, poderão se ver como indivíduos inteiros e se relacionar como um indivíduo e não como uma metade em busca de outra.

Ao longo da história, homens e mulheres não só foram privados de uma parte de sua natureza íntima, como os comportamentos “femininos” como a intuição, a ludicidade e a manifestação dos sentimentos, passaram a serem vistos como repreensíveis e, dessa forma, a conexão instintiva que o ser humano tinha com seu interior também se perdeu.

Segundo Whitmont (1991), os homens compensaram essa perda da força interior com o aumento da dependência da racionalidade, a ânsia de conquistas materiais, de poder e controle; enquanto que as mulheres, em posição de desvantagem, privadas do acesso às dimensões profundas relacionadas ao seu aspecto feminino, progressivamente, permaneceram alienadas de si mesmas.

Mas de que maneira pode-se resgatar e reintegrar esta dimensão que ficou reprimida por tanto tempo? Para buscar resposta a esta pergunta, na próxima seção será apresentada a importância das Bonecas Poéticas na formação do indivíduo e no seu processo de criatividade e autoconhecimento, em uma proposta de vivência terapêutica na construção das Bonecas Poéticas.

Bonecas poéticas: uma proposta de vivência arteterapêutica, produzindo bonecas e resignificando afetos

A boneca é um artefato da cultura material que está presente em todas as civilizações, ao longo da história da humanidade, e que carrega inúmeros significados simbólicos, místicos, antropológicos e sociais. Um objeto singular que revela valores e costumes de uma determinada sociedade, não estando apenas ligado ao universo infantil e

lúdico.

Além do artefato estar presente na história da humanidade, representando diferentes culturas, esse também é um objeto de grande importância na construção simbólica infantil; permite e estimula a representação de diversos aspectos da realidade. No brincar de boneca, a criança imita o mundo, cria e recria inúmeras possibilidades de representação deste lugar.

As bonecas servem de talismãs, que são lembretes do que é sentido, mas não visto; do que existe, mas não é evidência imediata.

O númen² talismânico da boneca é o que nos recorda, o que nos diz, o que vê adiante de nós. Essa função intuitiva pertence a todas as mulheres. É uma receptividade maciça e fundamental.

Não é uma receptividade do tipo alardeado no passado pela psicologia tradicional, que é como um recipiente passivo; mas sim, uma receptividade como a da posse de acesso imediato a uma sabedoria profunda que atinge as mulheres até aos próprios ossos. As bonecas são um dos tesouros simbólicos da natureza instintiva. Não importa o problema que estejamos a enfrentar, ela leva uma vida oculta dentro.

As imagens arquetípicas tecem os temas míticos, que exprimem e condensam as mais intensas experiências da humanidade, as “emoções coletivas” (SILVEIRA, 1992, p. 87).

A boneca na mão de uma criança é, para esta, um espelho de seu ser e de sua situação evolutiva. A ela recai uma grande importância, pois tudo nela, mesmo o não pensado, tem a atuação que somente se revelará no mundo adulto (SCHEVEN KARIN, 1991).

Compreende-se que o artefato da boneca mobiliza crianças, mulheres e homens de todas as idades.

De modo que o trabalho com as Bonecas Poéticas desperta e promove reflexões sobre o corpo e as suas representações sociais e simbólicas, visto que essas representações estão ligadas a uma memória coletiva de ambiente familiar, da infância e do lar e nesse intuito poético transcorre a expressão da necessidade do indivíduo em firmar sua identidade. Mostrar origens é um eficaz modo de falar das nossas raízes.

Uma imagem, às vezes, basta para nos transportar de um lugar a outro. Para Bachelard (2001, p. 258), “fenômeno da imagem poética é quando a imagem emerge na consciência como um produto direto do coração, da alma, do ser do homem tomado na sua atualidade”.

² Jung (1977) propôs e desenvolveu o conceito de numinoso ou númen, que é uma experiência não sensorial, não plenamente consciente, de não eu, sobrenatural e não racional, fugindo da psicanálise enquanto estudo da psique humana baseada nos seus cinco sentidos. Mas o conceito fora derivado no século XVII, etimologicamente originado da palavra latina *numen*, ou seja, “do espírito” ou “o espiritual”, aquela experiência grandiosa e impressionante do ser humano perante o transcendental. Algo maior do que a própria vida, o numinoso insere sentimentos e percepções que transcendem o mundano, algo maior do que nós, inspirando fascínio e temor.

Gaston Bachelard (2001) é chamado ao meu texto como apoio para tratar da constituição do eu e da dinâmica do imaginário projetada pela memória.

Bachelard (2001) “concebe que ela é antes a faculdade de deformar imagens fornecidas pela percepção, é sobretudo a faculdade de libertar-nos das imagens primeiras, de mudar as imagens”.

Se não há mudança de imagens, união inesperada de imagens, não há imaginação, não há ação imaginante. Se uma imagem presente não faz pensar em uma imagem ausente, se uma imagem ocasional não determina uma prodigalidade de imagens aberrantes, uma explosão de imagens, não há imaginação.

Há percepção, lembrança de uma percepção, memória familiar, hábito das cores e das formas. [...] Graças ao imaginário, a imaginação é sempre aberta, evasiva. [...] Mais que qualquer outro poder, ela especifica o psiquismo humano. A imaginação não é um estado, é a própria experiência humana. (BACHELARD, 2001, p. 1).

A viagem não acaba nunca. Só os viajantes acabam. E mesmo estes podem se prolongar em memória, em lembrança, em narrativa.

Essa é a riqueza de imaginação que se deseja explorar com o recurso artístico e terapêutico das Bonecas Poéticas, sendo esse um lugar privilegiado para o sonho e o acesso ao mundo das inúmeras imagens poéticas que podem surgir no espaço de intimidade da criação da sua boneca.

Mas, para que seja possível desvendar o impacto das imagens poéticas, faz-se necessário afastar-se do julgamento para que seu corpo, a sua alma e o seu espírito sejam capazes de decifrar o significado dessas imagens, sensações e sentimentos que se formam inconscientemente na sua mente.

Portanto, Bachelard (2001, p. 183) diz que “a imagem poética deve ser percebida na ausência de um método ou de um conhecimento, defendendo que a imagem, em sua simplicidade, não precisa de um saber”.

Ela é dádiva de um sentimento genuíno, dotada de consciência primitiva capaz de trazer felicidade física ao sentir o prazer através de imagens que evocam reflexões afetivas, filosóficas e psicológicas.

Ao viabilizar a expressão artística, por intermédio das vivências arteterapêuticas com as Bonecas Poéticas, possibilita-se a vivência de um novo sentir. Por ser dinâmica, a expressão artística atinge os níveis energéticos do indivíduo, exercendo ação transformadora e ao mesmo tempo despotencializando os complexos intrapsíquicos que estão direcionados para o adoecimento e desvitalização.

Desta forma, a conexão entre a Arteterapia e as Bonecas Poéticas é revelada na construção da Boneca Poética e pelos sentimentos reverberados de afeto e autoconhecimento que surgem durante a vivência.

Nos pressupostos junguianos as reações afetivas e emocionais revelam os complexos que foram ativados para o enfrentamento do momento vivenciado. Essas reações são de considerável relevância, visto que a debilidade física promove atitudes que podem causar, entre outras questões, depressão, agressividade e que por vezes, se mostram involuntariamente, mas denotam a forma como tal indivíduo se coloca frente à doença e quais são os recursos internos por ele utilizados.

Quando colocamos o indivíduo doente para criar, ele volta a ser, no sentido do encontro com a essência da alma.

Para Païn & Jarreau (1996, p. 56), “a criação de um objeto é sempre uma aventura, um desafio dramático no qual o sujeito é o autor”.

A práxis em Arteterapia demonstra que a emoção de criar leva o sujeito a compreensão de seu estado atual, amplia a consciência de seu poder de atuação sobre seu corpo e mente, conseqüentemente, responde de forma mais adequada aos tratamentos, sejam eles: químicos, fisioterápicos e psicológicos.

O produto criado expressa imagens simbólicas inconscientes. O especialista em Arteterapia deve possuir a capacidade de escutar o que a produção/expressão do sujeito diz, se pode ser de ordem do inconsciente ou do consciente.

Este escutar não está direcionado para a interpretação ou dar aos conteúdos explícitos suas significações implícitas, mas compreender o funcionamento inconsciente e suas possíveis causas.

Para que uma obra de arte exista, é necessário que alguém a crie e lhe dê vida. Toda produção artística é o resultado de uma elaboração significativa que é única e exclusiva de quem faz.

A imaginação expressa conteúdos profundos da psique por meio de símbolos e atualmente é muito estimulada desde a mais tenra idade, pois é geradora de descobertas e propulsora da criatividade.

A humanidade vive em um mundo de símbolos ao mesmo tempo em que outro mundo de símbolos vive dentro de cada um de nós, em que o processo arteterapêutico proporciona um “espaço para a pessoa expressar suas imagens interiores, suas vozes e, ao mesmo tempo, exige sua participação emocional” (TOMMASI, 2011, p. 31; 43).

Todas as culturas possuem símbolos e formas de expressão específicas inerentes às suas crenças e convicções.

Para melhor compreender essa conexão entre as Bonecas Poéticas e a Arteterapia, relato duas experiências vividas com grupos diversificados de pessoas na construção das Bonecas Poéticas, bem como serão expostos imagens dos materiais utilizados, das pessoas participando da vivência e a finalização do processo.



Imagem 1. Os materiais utilizados na construção das Bonecas. Fonte: própria autora.



Imagem 2. A dinâmica da construção das Bonecas na vivência terapêutica. Fonte: própria autora.

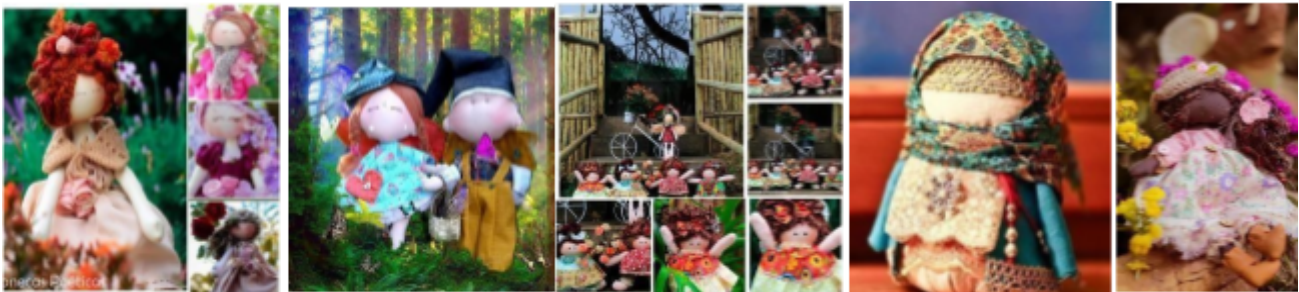


Imagem 3. As diversas Bonecas em seu processo de finalização. Fonte: própria autora.

No dia 20 de março de 2021, ocorreu a primeira proposta de vivência arteterapêutica com as Bonecas Poéticas. O evento foi em uma plataforma *on-line*, com um grupo de 12 (doze) mulheres do nordeste brasileiro que se reúnem quinzenalmente para a leitura do livro *Mulheres que correm com lobos*, de Clarissa Pinkolas Estés, com a proposta da realização de uma Boneca Poética.

Essa vivência foi realizada em três sessões, sendo que na primeira foi feita a leitura vivencial do conto da vasalisa, um texto polonês sobre a intuição feminina; na segunda sessão, houve uma acolhida individualizada, na qual cada participante recebeu sugestão e inspiração para a seleção dos materiais que deveriam ser coletados na natureza, como as

folhas, flores e terra, necessários para preencher, ornamentar, perfumar e tingir a sua boneca, assim como os moldes para a sua construção. Por fim, a terceira sessão foi a proposta principal que era o desenvolvimento de uma poética pessoal de construção artística por meio da linguagem dos tecidos, fitas, lãs e sementes na confecção dessa Boneca Poética.

Para finalizar, foi incentivada a discussão sobre questões sociais e memórias pessoais na construção de sua própria poética.

O experienciar dessa vivência nesse grupo que já havia construído um vínculo de sororidade e que trabalhava os aspectos simbólicos das histórias e o feminino sagrado, proporcionam *insights* de consciência pela meditação guiada, na qual após relaxamento foram convidadas por alguns instantes a olhar internamente e entrar em contato silencioso com as questões a seguir.

O que faria se pudesse libertar-se de obrigações da vida exterior? O que te impede de expressar-se livremente? Qual a imagem que tem de si? O que necessita ser valorizado em você? Qual é sua “coisa perdida”? O que precisa reencontrar? Quais são as possibilidades que a vida lhe oferece? Quão profundamente você está disposta a mergulhar para se encontrar?

Alguns desses *insights* foram espontaneamente compartilhados com o grupo:

Produzir uma boneca poética foi uma experiência única, entrei em contato com o meu eu mais profundo, questões que estavam lá, mas nem eram tão palatáveis no dia a dia. A escolha das cores do tecido, do que ia dar estrutura para a boneca foram de forma mais instintiva mesmo, mas no processo de montagem, tudo fazia sentido e tinha significado, conectava-se com minha história. Guardo com muito carinho minha boneca e ela é fonte de uma energia tão acolhedora para mim. (PARTICIPANTE A)³.

As Bonecas Poéticas são para mim inspiração do amor, da pureza, da natureza e da força da nossa criança interior. (PARTICIPANTE B).

Sua beleza vai muito além do que se pode enxergar, por que as Bonecas Poéticas trazem consigo beleza, pureza, coragem e amor. E sua essência só é possível sentir com o coração. (PARTICIPANTE C).

O meu primeiro contato com as Bonecas Poéticas foi através da minha amada amiga (...), fazíamos um curso on-line e sempre fiquei encantada com sua maneira de trazer

³ O nome do participante foi omitido em virtude de nomes, endereço e outras indicações pessoais não serem publicados neste Artigo.

detalhes de como eram pensadas e criadas as Bonecas Poéticas e isso trouxe curiosidade para conhecer seu trabalho. (PARTICIPANTE D).

Lembro-me que aguardei ansiosa para receber a minha boneca "Deusa da Natureza". Abri a caixa cuidadosamente, pois tudo tinha um toque de tanto zelo e amorosidade da (...) (esse Ser de Luz e Amor) enviado neste presente para mim. (PARTICIPANTE E).

A "Deusa da Natureza" chega em minha vida em um período difícil, eu estava simplesmente perdida. A vida havia me pego de surpresa e de um momento para outro perdi tudo (trabalho, sonhos, alegria de viver e uma amiga amada que partilhava essa vida comigo para a pandemia). (PARTICIPANTE F).

A Boneca Poética "Deusa da natureza" chega trazendo uma mensagem especialmente para mim. Cada palavra que ela me trouxe foi capaz de mexer comigo no íntimo. (PARTICIPANTE G).

Como era possível uma boneca trazer a mensagem que eu teria que ler naquele momento? Portanto, este foi o meu refúgio todas as vezes que pensei em desistir, pois eram em suas palavras que eu meditava diariamente e sempre vinham na minha cabeça. (PARTICIPANTE H).

Você precisa voar como as borboletas"... No meu tempo e passando pelos processos dolorosos, voei.... Sai de onde me causava dor, estou muito além do que poderia pensar e sigo com minha boneca onde quer que vá. Pois, ela também que me ajudou nessa jornada. (PARTICIPANTE I).

E meu coração é só gratidão pela vida da (...), por criar uma Boneca cheia de beleza, suavidade e que mostra a força da nossa criança interior, esse trabalho mostra como é possível ter a pureza e a força da nossa criança na alma e o amor, coragem e fé no coração. (PARTICIPANTE J).

No dia sete de fevereiro de 2022, foi realizada outra vivência arteterapêutica em um Centro de Convivência⁴ em Belo Horizonte, com 15 pessoas que são usuárias deste

⁴ Os Centros de Convivência de Belo Horizonte fazem parte da rede de atenção psicossocial e são serviços substitutivos aos hospitais psiquiátricos e, juntamente com cinco centros de referência em saúde mental (CERSAM), o Serviço Terapêutico (SRT), o serviço de urgência psiquiátrica e os centros de saúde, contribuem para a inserção social das pessoas portadoras de sofrimento mental. Atualmente, são nove Centros distribuídos nas regionais de Belo Horizonte.

espaço e trazem diversidades na questão de saúde mental e vulnerabilidade social.

Essa oficina de vivência arteterapêutica buscou uma experiência sensorial afetiva e lúdica da Arteterapia, na qual busca a intuição e conexão com o interior de quem constrói a Boneca Poética, em uma representação social e identificada com os seus sentimentos e afetos.

Nesta vivência trabalhou-se a corporeidade no sentido de permitir o entendimento do homem como um ser corporal único, proporcionando também o seu autoconhecimento e conhecimento desse mundo. E procurou-se ainda trabalhar com uma metodologia fundamentada em leituras de contos sobre a boneca, a leitura de obras de artes contemporâneas, poesias e discussões sobre questões sociais e de gênero.

Ficou marcante um episódio nesta vivência, no qual um dos participantes manifestou o desejo em não participar da vivência e também em não construir a sua Boneca Poética, indagado sobre seus sentimentos, respondeu que a “agulha” tinha lhe feito muito mal durante a sua vida de morador de rua e usuário de drogas.

Diante dessa narrativa foi lhe falado que naquele momento era a oportunidade de construir a sua Boneca Poética com muito afeto e que poderia refletir sobre o novo uso da agulha, como na arte, por exemplo, e em outras expressões de felicidade. O resultado foi uma maravilhosa entrega ao numinoso trabalho.

Ao se permitir entrar em contato com as Bonecas Poéticas, já inicialmente abre-se um campo propício para ressignificar afetos e histórias pessoais tendo em vista que se rompe uma primeira sombra internalizada, “aquela vizinha que lá no fundo diz” sobre não ser capaz de habilidade, manualidade e criatividade para construir algo inédito, tendo em vista que mesmo seguindo alguns passos coletivamente, como moldes e materiais necessários cada um vai trazer para o seu processo uma forma, um sentido, um numen para a sua criação, tornando-a uma inédita poética pessoal, o que já traz em si características de individuação significativas.

Conforme o processo segue, é perceptível o desejo em oferecer o melhor de si na construção e nas habilidades como costurar, moldar, ornamentar que vão surgindo das memórias afetivas e lembranças conscientes ou inconscientes dos ancestrais que afloram e é nesse momento de entrega que ocorre a alquímica imagem poética que surge como um talismã que investida de “poderes mágicos” pelo seu criador, transcendendo a sua função expressiva, passando a ser dotada de algo que beneficia o seu criador tornando-se significativo.

Com mais espontaneidade, amplia-se a criatividade e a criação poética torna-se mais instintiva e próxima de conteúdos inconscientes, tornando-se também mais afetiva, pois no momento em que é reconhecida, a sua Boneca Poética, passa a ser investida de reconhecimento e mais afeto, passando a ser contemplada e realizada de maneira mais

espontânea, flexível e relaxada integrando a percepção sensorial com os materiais, as texturas, as cores, os cheiros os sabores, enfim, alcançando momentos profundos e internos oferecidos neste processo arteterapêutico.

Considerações finais

Este percurso permitiu alcançar o objetivo de analisar a conexão entre as Bonecas Poéticas e a Arteterapia. Por meio da imersão neste espaço foi possível conhecer a integração de informações oriundas de intervenção e interpretação deste ambiente de vivência terapêutica específico.

Verificou-se que a Arteterapia, pela sua natureza simbólica, silenciosa, curativa e profunda possibilitou o encontro com sentimentos e emoções reprimidas ou desconhecidas.

No início do processo de construção das Bonecas Poéticas, quase sempre ocorre uma certa resistência inicial, muitas vezes por mulheres, por conta de questões culturais, como a desqualificação do feminino, por medo de bonecas, pela sombra do perfeccionismo, e a marginalização das manualidades como trabalho de menor valor e prestígio.

Contudo, ultrapassado este primeiro contato é possível ver estes grupos mergulhados no processo criativo deste mundo de linhas e agulhas, compartilhando reminiscências e transitando neste território, ancestralmente identificado com o princípio ancestral e intuitivo do feminino.

Os materiais co-terapeutas, isto é, materiais que se identificam e complementam as terapias, fazem a ponte e o elo dessa ressignificação, dentre os materiais mais comumente utilizados na vivência da construção da Boneca Poética são: linhas de retrós, linhas de carretel, linhas de novelo de bordado, aviamentos diversos, como botões, rendas, laços, lãs, retalhos, tintas, colas e fitas. O bordado tradicional pede um pouco mais de intimidade com os processos de costura, sendo um pouco mais desafiador que a costura, pois cada ponto de bordado tem sua forma específica e os movimentos necessários para o uso da técnica, embora todas sejam encorajadas e estimuladas à livre expressão do bordado.

Entre os materiais para o bordado estão: linhas de algodão para bordado, linhas de seda, fitas, ráfia, barbante colorido ou natural, lã de merino.

A costura à mão, pela sua força arquetípica ancestral e liberdade para criar em qualquer momento, é a técnica usada nas vivências por proporcionar a reunião de segmentos, gradualidade, paciência, delicadeza, minúcia, lentidão, ritmo harmônico e ordenação.

Aos poucos, na medida em que vão se entregando ao processo, baixando as resistências conscientes e acessando o universo das imagens, sentimentos e energia psíquica inconsciente, descobrem que construir a sua boneca, bordar e costurar é uma possibilidade de expansão da consciência, autoconhecimento e que ao desacelerar,

conseguem olhar para dentro como espaço sagrado de amor e cura.

Dessa maneira, percebem e passam a sentir que criar e costurar por meio da intenção e da conexão com o amor e a natureza, um objeto tão afetivo que é poder e que a medida que se apropriam da simbologia desse objeto e de suas memórias pessoais para o desenvolvimento de suas poéticas de trabalho, modificaram e deram novo significado e função para o objeto boneca, transformando-o em uma obra de arte pessoal, explorando as formas, a materialidade, a memória e os sentidos que o perpassam.

Entregam-se ao convite poético leve e suave para conectar o corpo e a alma ao frescor da natureza.

Construir uma boneca é ancestral: precisa-se resgatar a memória e a delícia do feito à mão, por meio do coração e também, antes de tudo, reconectar com a fonte do nosso poder pessoal criativo e amoroso.

Embalando nossos sonhos de afeto e autocura e assim com a nossa vibração elevada oferecer ao mundo toda nossa máxima expressão criativa de luz e sabedoria.

Nestes tempos, faz-se necessário o despertar simples e caseiro com toques poéticos que perduram os objetos de sentido, construindo assim um vínculo amoroso com o belo e o necessário. Seu perfume traz um acalanto, suave e marcante, com notas angelicais vindas do reino das plantas e da sinergia entre os mais puros óleos essenciais e ervas aromáticas: alecrim, cravo, canela, manjerição, louro, hortelã, erva doce, capim cheiroso, pétalas de rosas, hibisco, jasmim, tornando-se mensageiras e vórtices das boas energias: paz, alegria, abundância, fertilidade, saúde, harmonia, prosperidade e amor.

Tecidos vivos, muito amor, energia Reiki, aromaterapia, óleos essenciais, sinergias, sementes, flores e plantas aromáticas, cristais e madeiras. Esta é a bela essência que traz originalidade, sentido e ativismo poético.

Os tecidos tornam-se vivos, pois assim como em um processo alquímico são mergulhados em água fervente, metal, fogo, ar e água para o processo de tingimento natural, que é uma forma ancestral de colorir as roupas com plantas, ervas e terra.

Recheadas com um profundo amor, íntimo e genuíno vindo da conexão com o sagrado, com o pertencimento e ancoramento em “Gaia”, nossa grande mãe, pela honra aos nossos ancestrais e todos os ensinamentos passados de geração à geração, tornam-se as Bonecas Poéticas deusas da natureza.

Dessa forma, é importante refletir sobre como nossas raízes são a base e a sustentação para a construção de uma vida frutífera. Se não olharmos, não honramos e não aceitamos essa raiz, teremos uma vida sem força e sem vida. Por isso, estar conectado e alinhado com a ancestralidade nos proporciona a base firme para esse desenvolvimento.

Consideramos, portanto, que a pergunta de pesquisa elaborada para este estudo foi respondida e os objetivos propostos foram alcançados.

Nos permitiu compreender a especificidade desta vivência terapêutica nesta interface entre a Arteterapia e as Bonecas Poéticas, além de compreender esse contexto a partir das experiências com os participantes das vivências com as Bonecas Poéticas.

Foi possível perceber que os participantes saem deste processo mais integrados com suas raízes e apropriados desse símbolo de cura que surge do inconsciente que nasce como um Talismã.

Além de ter impacto direto na vida cotidiana e por isso na saúde emocional de quem passa por essa vivência, tendo em vista que a mesma oferece a possibilidade de reconexão não apenas espiritual, mas energética com a natureza, os seus elementos e com as suas raízes, possibilitando a reverberação dessa boa vibração em suas vidas trazendo força e solo com boa sustentação.

Por fim, a questão das vivências terapêuticas na Arteterapia poderá ser melhor compreendida se outros estudos completarem a visão buscada neste trabalho.

Data de recebimento: 05.10.2022

Data primeiro aceite: 23.03.2023

Data segundo aceite: 08.05.2023

Referências Bibliográficas

ANDRADE, L. Q. **Terapias expressivas**. São Paulo: Vetor, 2000.

BACHELARD, G. **A Poética do Espaço**. São Paulo: Martins Fontes, 2001.

CORRÊA, T. M. B. **Tarefas de Psique: Um caminho para a integração do animus, rumo à individuação da mulher**. Monografia apresentada como requisito para conclusão do Curso de Especialização em Psicoterapia Junguiana e Imaginário. PUC-RIO, 2003.

HAGUETTE, T. M. F. **Metodologias Qualitativas na Sociologia**. 5ª Edição. Petrópolis: Vozes, 1997.

INSTITUTO Freedom. **Expressões Simbólicas do Inconsciente: Arteterapia**. Disponível em:

<https://www.institutofreedom.com.br/blog/expressoes-simbolicas-do-inconsciente-arteterapia/>. Acesso em: 24 jun. 2023.

JOHNSON, R. A. **Imaginação Ativa. Como trabalhar com sonhos, símbolos e fantasias**. São Paulo: Mercúrio, 1987.

JUNG, C. G. **Fundamentos da Psicologia Analítica**. Petrópolis: Vozes, 2008.

_____. **O Eu e o Inconsciente**. 6. Ed. Petrópolis: Vozes, 1987.

_____. **O homem e seus símbolos**. Rio de Janeiro: Nova Fronteira, 1977.

_____. **Tipos Psicológicos**. Petrópolis: Vozes, 2008.

JUNG, E.. **Anima e Animus**. São Paulo: Cultrix, 1995.

LAKATOS, E. M.; MARCONI, M. A. **Fundamentos da Metodologia Científica**. São Paulo: Atlas, 1991.

MURARO, R. M. BOFF, L. **Feminino e masculino**: uma nova consciência para o encontro das diferenças. Rio de Janeiro: Sextante, 2002.

PAIN, S.; JARREAU, G. **Teoria e Técnica da Arteterapia**: a compreensão do sujeito. Porto Alegre: Artes Médicas, 1996.

PHILIPPINI, A. **Para entender Arteterapia**: cartografias da coragem. 4. ed. Rio de Janeiro: Wak Editora, 2008.

SCHEVEN, K. E. **Minha querida boneca**. Uma orientação para pais, professores e educadores segundo a ciência espiritual. Trad. Franz Rotermond. São Paulo: Associação Beneficente Três Fontes, 1991.

SILVEIRA, N. **O Mundo das Imagens**. São Paulo: Ática, 1992.

_____. **Jung**: vida e obra. 16. edição. Rio de Janeiro: Paz e Terra, 1981.

TOMMASI, S. B. Arteterapeuta o cuidador e curador ferido. *In*: TOMMASI, S. B. (org.) **Arteterapeuta um cuidador da psique**. São Paulo: Vetor, 2011.

WHITMONT, E. **Retorno da Deusa**. São Paulo: Editora Summus Editorial Ltda, 1991.

WILHELM, R. **O Segredo da Flor de Ouro**. Petrópolis: Vozes, 1998.

RELATO DE EXPERIÊNCIA

Arteterapia e adolescência: ressignificando histórias de vida de jovens em situação de vulnerabilidade

Art therapy and adolescence: resignifying life stories of young people in situations of vulnerability

Cintia Pereira Jeronimo¹

Resumo: O presente trabalho é um relato de experiência que propõe a presença da Arteterapia junto a um grupo de adolescentes em vulnerabilidade social, visando o resgate de suas histórias e a melhora da qualidade de vida. O grupo foi composto por cerca de trinta adolescentes na faixa etária de onze a quatorze anos. As fundamentações teóricas da Arteterapia e da Psicologia Analítica embasaram a atuação e a análise dos resultados. A criação de espaços para a expressão livre e criativa através de recursos arteterapêuticos permitiu a liberação de emoções bloqueadas, possibilitando a abertura para um novo ciclo, reintegrando os aspectos positivos da personalidade e elevando a autoestima. A Arteterapia possibilitou aos adolescentes o reconhecimento de suas potencialidades para vencer os desafios da vida e a compreensão de suas responsabilidades pessoais e sociais.

Palavras-chave: adolescência; vulnerabilidade; Arteterapia; Psicologia Analítica.

Abstract: The present work is an experience report that proposes the use of Art Therapy with a group of adolescents in social vulnerability, aiming at rescuing their stories and improving their quality. The group was composed of about thirty teenagers aged between eleven and fourteen years old. The study of the theoretical foundations presented by Art Therapy and Analytical Psychology supported the practice and were of great importance for the analysis of the obtained results. The creation of spaces for free and creative expression through art-therapeutic resources allowed the release of blocked emotions, opening to a new cycle, reintegrating the positive aspects of the personality and raising self-esteem. Art therapy enables adolescents to recognize their potential to overcome life's challenges and to understand their personal and social responsibilities.

Keywords: teenager; vulnerability; Art Therapy; Analytical Psychology.

Introdução

Este trabalho foi desenvolvido em 2016 junto a um grupo de cerca de trinta adolescentes em situação de vulnerabilidade, na faixa etária de onze a quatorze anos, frequentadores de um projeto social na cidade de São Paulo, e tem como campo geral de

¹ Arteterapeuta filiada à AATESP 392/0417. LinkedIn:
<https://www.linkedin.com/in/cintia-pereira-jeronimo-736532166/>.

interesse e investigação discutir os recursos da arteterapia frente ao resgate das histórias, a melhora na qualidade de vida e a transformação psíquica junto ao grupo acompanhado.

Durante o processo foram objetivos secundários possibilitar aos adolescentes o contato consigo, suas emoções, suas memórias e percepções; aumentar o senso de coletividade; despertar o interesse para ações solidárias; inspirar ações não violentas; despertar o sentimento de amor universal; auxiliar a reestruturação e ressignificação das histórias de vida; melhorar os estados emocionais e a compreensão dos próprios sentimentos; despertar para a atenção à saúde; incentivar a valorização de si, propiciar elevação da auto estima, bem como estimular o autocuidado; despertar a auto aceitação; permitir a liberação de sentimentos bloqueados; favorecer o fortalecimento da identidade; incrementar o sentido de enraizamento, equilíbrio e segurança; melhorar a concentração e interiorização; instrumentalizar a organização dos pensamentos e os estados de atenção de qualidade; desenvolver atenção e cuidado nos relacionamentos; incrementar a capacidade subjetiva de vinculação; aumentar a atenção ao outro, afetividade, curiosidade, interesse e disponibilidade ao encontro; incentivar a valorização da amizade, do sentimento de compaixão e da importância do outro; estimular o sentimento de igualdade entre os seres humanos valorizar ações honestas para consigo e com o outro bem como o senso de responsabilidade que cada ser humano tem em manter, preservar e respeitar frente à natureza e à ecologia.

Primeiro será apresentado o método do qual estão descritas, cronologicamente, as atividades realizadas e que foram agrupadas em: início, vinculando, pertencimentos, estados emocionais e psicológicos, avaliando os resultados e encerramento. Na sequência, serão relacionados os objetivos e o método, explicitando a relação entre as intenções da pesquisa e a forma com a qual ela se deu. Então, serão apresentados os referenciais teóricos necessários às discussões que serão apresentadas no desenvolvimento onde serão discutidas as principais percepções e dados coletados. Por fim, nas discussões finais, serão compilados os principais resultados e as análises sendo ainda problematizado o método e apontados os desdobramentos que poderiam ser interessantes a partir deste estudo.

A adolescência é uma fase do desenvolvimento humano na qual acontecem muitas mudanças, tanto no âmbito físico quanto psicológico. Podem surgir dúvidas sobre sexualidade, conflitos nos sentimentos e oscilações no comportamento; o que pode favorecer sentimentos de baixa estima, insegurança e ansiedade, entre outros desajustes emocionais.

Dentre os fatores de risco na adolescência em idade escolar – segundo pesquisa feita pelo IBGE em 2012 – estão hábitos sedentários, uso de cigarro e outros subprodutos do tabaco, experimentação precoce de bebidas alcoólicas, uso de drogas ilícitas, violência no trânsito, *bullying*, sentimento de solidão e iniciação sexual. Na contemporaneidade não é

raro, ainda, os adolescentes estarem submetidos à ordem idealizada decorrente de padrões de consumo desejando, em função dela, uma resposta aos anseios de pertencimento e aceitação.

Além desses fatores comuns a esta fase, as questões de saúde mental na adolescência ficaram ainda mais reveladas com a crise global causada pela pandemia da Covid-19 que gerou grande impacto nos estados emocionais dos adolescentes. Sobre este momento, segundo o Relatório Situação Mundial da Infância 2021 – referido em reportagem da Unicef –, levantaram-se sérias preocupações sobre os efeitos das medidas de isolamento para a saúde mental de jovens e adolescentes, apontando-se que quase 1 em cada 6 meninas e meninos entre dez e dezenove anos de idade no Brasil, vivam com algum transtorno mental, parcela mais exposta ao risco de automutilações, depressão e suicídio.

Este estudo, portanto, se justifica em função da importância atual da atenção ao adolescente e aos seus estados psíquicos. Somada a isso está a história pessoal da pesquisadora, com suas escolhas profissionais realizadas ao longo do seu desenvolvimento, além do desejo de ver no gesto expressivo as potências de ressignificação e de reparação, que levam ao campo do cuidado e da atenção junto aos jovens.

Método

Esta proposta de intervenção foi desenvolvida com cerca de trinta adolescentes, na faixa etária de onze a quatorze anos em situação de vulnerabilidade, frequentadores de um projeto social, residentes de uma região da cidade de São Paulo. Pelas sondagens e entrevistas iniciais foi verificado que o grupo é caracterizado como pertencente ao nível socioeconômico baixo e com problemas sociais presentes na vida familiar. Segundo observação da pesquisa IBGE 2012, esta faixa etária se caracterizava por ter hábitos sedentários, vivência de situações de *bullying* e sentimento de solidão.

Os encontros aconteceram com dois grupos, cada qual com quinze integrantes, em média, semanalmente e intercaladamente; sendo que ao todo foram trinta e um encontros com cada um dos grupos. As atividades foram distribuídas da seguinte forma: 26 encontros de 3 horas, 1 encontro de 5 horas e 4 encontros de 4 horas. A duração de cada encontro foi de 3, 4 ou 5 horas variando em função do tempo necessário para a realização das atividades e do engajamento dos participantes.

A seguir, é possível observar a descrição dos encontros por ordem cronológica dentro dos seguintes momentos do processo: início, vinculando, pertencimentos, estados emocionais e psicológicos, avaliando os resultados e encerramento.

Início

- 1ª encontro. *Minha singularidade e nossa identidade*

Para apresentação do grupo, foi sugerido um aquecimento corporal com exercícios de alongamento para a soltura da tensão acumulada golpeando o ar com as mãos e depois com os pés. Na sequência, foi proposto que se iniciasse a confecção de crachás com os nomes próprios decorados com materiais diversos. Então, foi feita uma roda para a apresentação pessoal na qual cada integrante disse seu nome e três coisas que gostava de fazer. Depois, foi sugerida a criação de um nome para o grupo e, ao final, foi criado coletivamente um cartaz do grupo em uma proposta de composição livre.

Vinculando

• 2º encontro. *Minhas três características positivas*

Houve uma sensibilização ao som da música “Esperando na janela” (Targino Gondim, Manuca Almeida, Raimundo do Acordeon, de 1999) interpretada por Gilberto Gil. Junto a esta escuta foi proposta uma dinâmica na qual os adolescentes, dispostos em duas rodas, uma externa e outra interna, giravam em sentidos contrários. Ao final da música os jovens da roda interna se voltavam aos da roda externa e diziam para o colega a sua frente três características positivas que possuíam. Então, cada participante fez um desenho representando as qualidades positivas que possuíam em um cartaz coletivo.

Ao final, os adolescentes formaram subgrupos onde representaram o nome do grupo escolhido no encontro anterior, escolheram um lema e um símbolo que o representasse, utilizando desenho e colagem.

• 3º encontro. *Eu te vejo e você me vê*

Os participantes formaram duplas e juntos desenharam uma única figura humana baseando-se na percepção visual das características do colega. Em pequenos intervalos de tempo foi orientada a troca entre as duplas e dada sequência à realização do desenho seguindo a mesma orientação. Essa rotatividade continuou até se efetivar a configuração de uma figura humana identificável. Na roda final, eles foram convidados a contemplar os desenhos e comentar as seguintes reflexões: Quais as semelhanças e diferenças entre eles? Qual a percepção que o outro tem de mim? Qual a percepção que eu tenho do outro?

Pertencimento

• 4º encontro. *Me reconhecendo na natureza*

Foram distribuídas imagens fotográficas da natureza (flor, árvore, animais, frutas, rios, mar, montanhas, cavernas) e, após contemplação, cada participante escolheu uma imagem e fez, a partir dela, um desenho que transmitisse o motivo da escolha por esta imagem. Na roda final, os adolescentes foram convidados a compartilhar a seguinte reflexão: Porque escolhi esta imagem? O que ela me diz?

Estados emocionais e psicológicos

- *5º encontro. Uma figura humana*

Foi proposta a pintura de uma figura humana individualmente.

- *6º encontro. Uma árvore*

A proposta foi desenhar uma árvore.

- *Intervenção arteterapêutica*

Neste momento, um conjunto de informações já havia sido recolhido dos grupos e participantes. Foi então que as atividades de intervenção arteterapêutica passaram a ser propostas.

- *7º Encontro. Eu como ferramenta de transformação*

Foi feita a leitura e reflexão da história "Assembléia na Carpintaria" (apólogo, autor e ano desconhecidos). Na roda final, os participantes foram convidados às seguintes reflexões: Com qual ferramenta da história eu me identifico? Tenho me aceitado tal como sou? Tenho conhecimento de minhas potencialidades e também de minhas limitações?

Depois da roda os adolescentes foram convidados a formar duplas e nelas elaborar um comentário, de aproximadamente cinco linhas, sobre as percepções ou opiniões sobre a história; bem como elaborar um desenho que simbolizasse o tema.

Ao final, as atividades foram fixadas no mural.

- *8º encontro. Um olhar sobre a Igualdade*

Foi feita a leitura da Parábola Budista "O Castelo da mente decorado para a entrada do Buda, de Sutra Avatamsaka.

Depois da leitura, os jovens foram convidados a refletir sobre o valor da igualdade. Em seguida, foram organizados em duplas nas quais cada um tinha que escolher três características positivas que enxergavam no outro, eleger uma cor de fio de lã para cada característica e anotar numa folha de papel para não esquecer. Então, iniciou-se a confecção de uma mandala "ojo de dios" com estes fios. Ao término da atividade, cada participante da dupla tinha que entregar para o colega a mandala dizendo os motivos da escolha daquelas cores.

- *9º encontro. Plantando a minha verdade*

Foi feita a leitura de uma história "A semente da verdade" (Secco, 2015). Na sequência, os adolescentes foram convidados a refletir sobre o valor da honestidade. Então, cada participante escolheu um vasinho de uma cor (azul, amarelo, verde e vermelho) e algumas sementes para plantar utilizando terra. Durante o plantio, foram convidados a seguinte reflexão: Quais sementes eu quero plantar em minha vida?

Na sequência, confeccionaram folhas ou flores com papel e palitos de dentes e ao final cada um escreveu o que plantou para sua vida, espetando no vasinho e compartilhando em voz alta com os colegas.

- *10º encontro. Reimaginando medos e inseguranças*

De olhos fechados os participantes foram conduzidos a uma vivência de imaginação ativa na qual com “os olhos da imaginação”: viram uma floresta de mata virgem e foram conduzidos por esse espaço, avistando uma caverna em um lugar mais afastado. Ao entrarem na caverna, dentro da qual estava bem escuro, continuaram andando a fim de encontrar algo lá dentro. Em determinado momento, pararam e conseguiram visualizar uma imagem. Neste ponto da narrativa eles foram convidados a retornar da “viagem” e transferir para o papel o que viram.

Em um papel cartão preto os participantes desenharam com giz de lousa uma imagem que representasse o que lhes havia vindo à mente durante a visualização. Feito isso, cada um compartilhou com o grupo sua experiência apresentando também o desenho. Na roda final, os adolescentes foram convidados a uma reflexão em grupo sobre as possíveis maneiras de se reduzir/ eliminar medos e inseguranças.

- *11º encontro. O meu dever para com o outro*

Foi feita a leitura da história “O Jornaleiro e o freguês” (autor e ano desconhecidos), em que a moral da história sugere a importância de recriar e fortalecer o sentido do dever. A partir da reflexão sobre a história lida e da citação abaixo, os participantes se organizaram em grupos e construíram uma história em quadrinhos.

“Se houver conduta correta no coração, haverá beleza no caráter. Se houver beleza no caráter, haverá harmonia no lar. Se houver harmonia no lar, haverá ordem na nação. Se houver ordem na nação, haverá paz no mundo”. (Sathya Sai Baba, ano desconhecido).

- *12º encontro. Enraizando*

Foi proposta uma atividade corporal seguida de pintura dos pés. Os participantes foram convidados a ficar descalços, observarem os pés e ao som da música xamânica “Tambores Mágicos Xamânicos” (Grande Chefe, 2018) dançar marcando os passos conforme o ritmo, sentindo a terra e o enraizamento dos pés. Após se atentar a detalhes bem sutis dos pés, como textura e formato, puderam pintar ou carimbar com os pés sobre o papel. Feito isto, foi proposta a reflexão: O que você vê? Como você vê?

- *13º encontro. Eu e o meio ambiente*

Foi feita uma sensibilização com a música “Planeta Água” (Guilherme Arantes, 1983). Em seguida, os participantes foram convidados a fazer a construção de um cenário que representasse a água e o meio ambiente. Num primeiro momento, moldaram figuras com massinha de modelar as quais eles gostariam de acrescentar no cenário que iriam criar. Depois, iniciaram a construção do cenário utilizando materiais diversos, refletindo sobre possíveis ações que pudessem contribuir para a economia de água e preservação do meio ambiente.

- *14º encontro. Agradecendo*

Foi proposta uma atividade corporal seguida de pintura com foco nas batidas do coração: “Quando o coração repousa, vê festa em tudo” (Provérbio indiano). Ao som de uma música ritmada “Talk to Me” (Amir Sofi, 2012), os adolescentes foram convidados a se sentarem confortavelmente e sentirem a própria respiração, foi solicitado que fechassem os olhos e percebessem as imagens vindas a partir da escuta do som da percussão e depois do próprio ritmo cardíaco. Após uma auto avaliação sobre as imagens e emoções que surgiram, foram convidados a pintar livremente. Ao concluírem a pintura foi criada uma roda para que se sentissem confortáveis em falar com o grupo a respeito da experiência vivida.

• *15º encontro. União e paciência*

Os participantes iniciaram fazendo um exercício corporal onde circularam algumas partes do corpo adentrando o universo mandalar. Depois, foram disponibilizadas várias mandalas prontas para serem coloridas individualmente com lápis de cor e giz de cera. Em um segundo momento foi sugerido que fizessem a escolha de outra mandala pronta e desta vez, em dupla, pintassem a quatro mãos com o intuito de promover a interação entre eles.

• *16º encontro. Um olhar para minhas imagens*

Os adolescentes, ao retornarem do recesso de férias, fizeram uma atividade para a abertura entrando em contato com todas as atividades em que haviam participado no primeiro semestre com a finalidade de revisitar os encontros arteterapêuticos. Num segundo momento, desenharam livremente algo que partisse da seguinte reflexão: Como você está ou se vê hoje, após ter revisitado todo o seu processo até agora? Após a reflexão, criaram uma história escrevendo o mais livremente possível e, ao final, deram um título para esta história.

• *17º encontro. Liberando os sentimentos*

Ao som de música evocativa “Moment of Peace” (Gregorian, 2009 - canto gregoriano remixado), os adolescentes prestaram atenção na respiração que deveria estar concentrada no abdome acompanhando o ritmo da música e em todas as imagens mentais que lhes chegassem. Após este período de introspecção e atenção à respiração, eles desenharam as imagens que haviam surgido dentro de um círculo previamente feito em folha de papel branco.

• *18º encontro. Silenciando a minha mente*

Os adolescentes iniciaram com um exercício de respiração e depois foram disponibilizadas algumas mandalas pré produzidas com imagens da natureza. Em seguida, foi sugerido que cada um contemplasse e escolhesse aquela que mais lhe chamasse a atenção e a partir daí fizessem uma transposição da imagem escolhida com técnica de pintura a guache, dando forma ao que fosse importante para eles.

• *19º encontro. Pensando na vida*

Os adolescentes foram convidados a refletir sobre quatro situações da vida as quais

gostariam de transformar. Depois, foi sugerido que escolhessem uma cor de fio de lã para cada situação e que criassem uma mandala do centro para a borda de forma organizada.

Ao final do encontro, foi sugerida a formação de uma roda de conversa para que pudessem expor seus sentimentos, suas impressões e suas ideias surgidas.

• *20º encontro. Como é bom fazer amigos!*

Foi feita uma sensibilização com a música “Canção da América” (Milton Nascimento e Fernando Brant, 1999). Na sequência, foi proposta uma atividade em grupo para a construção de caixinhas “porta trecos” utilizando sucatas. Os participantes receberam caixinhas de leite vazias e variados materiais para decoração, como tecidos, barbante, papel decorado, lacinhos e *glitter*. Ao final, cada um escolheu um colega do grupo para presentear com a caixinha produzida.

• *21º encontro. Sentindo compaixão*

Os participantes ouviram a música “Monte Castelo” (Renato Russo, 1989) e foi sugerida uma reflexão sobre a letra da canção. Depois, foi pedido que olhassem para o colega do lado direito e pensassem no porquê da presença dele ser importante para o grupo e quais as características positivas que ele agrega. Feito isso, escreveram um texto (poético ou livre) a partir desta reflexão, finalizando com um desenho que representasse as características do colega.

• *22º encontro. Relacionar-se com amorosidade*

Os adolescentes receberam a letra da música “Epitáfio” (Titãs, 2001), depois foram convidados a expressar, com um desenho, o que a música os fez refletir.

• *23º encontro. Enfrentando as adversidades e recriando o meu mundo*

Os participantes fizeram uma atividade corporal ao som da música “O cio da terra” (Chico Buarque, 1999). Na sequência, foram convidados a se posicionar em roda e, ao som da música, expressar as emoções advindas deste momento. Logo após, foi lido o conto “João e o Pé de Feijão” (Benjamin Tabart, 1807) e, depois da leitura, os adolescentes foram organizados em grupos e orientados a modelar com argila os personagens ou os objetos que lhes haviam ocorrido à mente e que estivessem associados com a história contada. Ao final, puderam conversar sobre seus personagens modelados em argila.

• *24º encontro. A não violência para o bem conviver*

Foi feita a leitura de um resumo da biografia de Ghandi e, em seguida, com as cadeiras organizadas em círculo, para simbolizar a unidade, os adolescentes foram convidados a uma breve reflexão. Feito isso, iniciaram a criação de um painel coletivo com desenhos e textos.

• *25º encontro. Interagindo com a natureza*

Os adolescentes iniciaram este encontro com um exercício de respiração, seguido de um exercício de imaginação ativa, onde foram conduzidos a imaginar o contato com a

natureza num local onde se sentissem mais confortáveis: florestas, bosques, montanhas. Depois de algum tempo, foram convidados a retornar da visualização e iniciarem a criação de uma mandala coletiva no chão com materiais naturais recolhidos em parques, praças e jardins (folhas, galhos, sementes, pedras e flores). Durante a atividade, trocaram ideias sobre nossa ligação com a natureza e a importância da relação com ela.

• *26º encontro. Recriando a vida com amor*

Foi sugerida uma atividade de colagem em formato de coração. Para isso, os adolescentes foram organizados em grupos e a cada grupo foram disponibilizados recortes de revista e papéis coloridos. Após terem desenhado um coração gigante, foram orientados a preencher o interior dele fazendo a colagem.

• *27º encontro. Estimulando o sentimento de igualdade*

Os adolescentes foram organizados em grupos e cada grupo recebeu, por sorteio, um papel escrito com quatro tipos de preconceito (racial, cultural, gênero, aspectos físicos). Em seguida, foram orientados a criar uma história com um final positivo a respeito dos preconceitos trabalhados. Ao final, cada grupo apresentou a sua história aos colegas.

Avaliando os resultados

• *28º encontro. Revisitando os processos internos e expressando com arte*

Os adolescentes fizeram um desenho livre e individual no qual foram convidados a uma reflexão sobre tudo que vivenciaram durante os encontros, desenhando as imagens que emergiram. Ao final, foi feita roda de conversa para que pudessem trocar as suas impressões.

• *29º encontro. Auto Retrato*

Os adolescentes foram convidados a desenhar seu autorretrato. Ao final, foi feita uma roda para troca de percepções.

• *30º encontro. Semeadura*

Após serem organizados em grupos, os adolescentes foram conduzidos a uma reflexão sobre os valores que foram “semeados” durante os encontros e que agora poderiam ser representados como pequenas árvores. Cada grupo recebeu um galho de árvore e materiais diversos para expressar sobre estas sementeiras de acordo com a criatividade e intenções de cada grupo.

Encerramento

• *31º encontro. Mensagem para o mundo*

Foi feita uma atividade de encerramento na qual cada adolescente criou o desenho para um cartão e elaborou um texto contendo algumas palavras previamente escolhidas (igualdade, perseverança, calma, coragem, compreensão, dignidade, aceitação do outro,

apreciação de outras culturas e religiões, cooperação, fraternidade, igualdade, justiça social, participação, respeito à vida, serviço aos outros, unidade, atenção aos outros, compaixão, consideração, cooperação, cortesia, gentileza), pensando em uma mensagem para o mundo.

Os adolescentes foram observados pela pesquisadora ao longo de todos os encontros sendo que ao final de cada um deles foi realizado registro escrito que priorizou algumas observações, como: postura, apresentação pessoal, engajamento, vínculo, expressões mais ou menos agressivas, estado de humor, bem como os conteúdos compartilhados pela fala. Sempre que possível foram feitos registros fotográficos durante os encontros e ao final. Em alguns deles foram realizadas gravações posteriormente transcritas. Estes registros permitiram uma comparação entre os estados psíquicos iniciais e finais dos sujeitos envolvidos. Foi observado e descrito – tanto nas falas, nas posturas, nos trabalhos e nas simbologias representadas – os estados iniciais e finais em relação à aparência física, ao autocuidado, à melhora nos estados de humor, à maleabilidade, ao maior entrosamento e envolvimento, observando se houve reintegração dos aspectos positivos da personalidade e elevação da autoestima.

Relação entre objetivos e método

As atividades realizadas e descritas até este momento - pautadas fortemente nas concepções da Arteterapia e da Psicologia Analítica - tiveram por intenção os objetivos já anteriormente explicitados: resgatar as histórias de vida dos adolescentes, melhorar a qualidade de vida e propiciar uma transformação psíquica.

A seguir, há a relação entre os objetivos principais, os objetivos secundários que destes decorreu (enunciados na introdução) e a natureza das atividades vividas durante o processo.

O resgate das histórias de vida é aqui compreendido em sua ordem pessoal e também coletiva (social).

No âmbito pessoal e a fim de colocar o adolescente em contato consigo, suas emoções, memórias e percepções, ampliando o acesso e a consciência de si; foram criados diversos momentos de escrita sobre as percepções e emoções frente aos processos vividos.

A fim de gerar no grupo a possibilidade de reconhecimento, identificação e espelhamentos frente às narrativas e histórias compartilhadas, aumentar o senso de coletividade, despertar a vontade para ações solidárias e inspirar ações não violentas, foram criados momentos de facilitação dos compartilhamentos, ou seja, foi permitida e incentivada a troca entre os adolescentes através da fala para resgate das narrativas coletivas. Neste mesmo sentido foram realizadas rodas de conversa nas quais todos eram convidados a falar sobre o processo de produção, os sentimentos e as memórias despertadas durante o

encontro, a fim de que, de algum modo, fosse despertado o sentimento de amor universal, auxiliando na estruturação da história de vida dos adolescentes.

A melhora na qualidade de vida é aqui entendida como a melhora dos estados emocionais, da compreensão dos próprios sentimentos, da atenção e do cuidado nos relacionamentos, da atenção à saúde e ao autocuidado, da capacidade subjetiva de vinculação.

Nesse sentido, as atividades se dedicaram a criar situações nas quais houvesse a valorização de si, elevação da autoestima e fortalecimento da identidade. Foi facilitada a ampliação da consciência corporal com a utilização dos pés durante uma das atividades, por exemplo, despertando o sentido de enraizamento, equilíbrio e segurança, além de possibilitar o interesse pelo autocuidado.

Também foram propiciadas situações que gerassem concentração e interiorização com atividades que tiveram a função de direcionar os adolescentes para um estado meditativo, desencadeando o contato com seu universo interno, facilitando a ordenação psíquica, organizando os pensamentos para facilitar o aumento da atenção.

Ainda com a mesma finalidade, algumas atividades incentivaram a auto avaliação e a conscientização do momento de vida de cada um, a fim de mobilizar as energias psíquicas, externalizando as emoções e restabelecendo o livre curso de sentimentos bloqueados que podem gerar desconforto psíquico e conseqüentemente estados de maior agitação mental.

Para estimular e exercitar as vinculações, foram aproveitadas as mesmas atividades de vinculação anteriormente descritas para criar contextos de atenção ao outro, afetividade, curiosidade, interesse e disponibilidade ao encontro, fortalecendo a valorização da amizade, do sentimento de compaixão e da importância do outro e do vínculo.

Algumas atividades estimularam a complementaridade e afirmação da identidade, ou seja, olhar o outro a fim de se reconhecer nele ou de afirmar a diferença. Estas atividades também visaram estimular o sentimento de identificação entre os adolescentes, independente de raça, cultura, gênero, aspecto físico, nível sócio econômico.

Algumas atividades foram realizadas utilizando elementos da natureza como oportunidade de olhar fora de si, olhar o outro, os ciclos, as belezas, os detalhes, a transitoriedade e ao mesmo tempo despertar o sentimento de integração. Nesse mesmo sentido foram também oferecidas oportunidades de reflexão sobre a igualdade entre os seres humanos.

A transformação psíquica é aqui entendida como o movimento de contato e reflexão com as questões centrais do sujeito, integração de conteúdos inconscientes, tomada de consciência que amplia as possibilidades de lidar com as questões do mundo criando novas possibilidades de lidar com a vida.

Muitas atividades tiveram por objetivo secundário a promoção do autoconhecimento,

o estímulo da coragem e segurança pessoal. Estas atividades visaram levar o sujeito ao encontro das próprias questões através dos elementos projetados nas expressões (pintura, desenhos, escultura) e refletir a partir delas.

Foram realizadas atividades que tiveram por intenção oferecer a oportunidade de reflexão para despertar a auto aceitação e conseqüentemente a aceitação do outro.

Algumas das atividades incentivaram a ampliação da consciência e valorização de ações honestas para com o outro e ao senso de responsabilidade que cada ser humano tem em manter, preservar e respeitar a natureza e a ecologia, criando um campo para ressignificações.

Referenciais Teóricos

De acordo com a Psicologia Analítica, o indivíduo é influenciado a todo instante por conteúdos psíquicos que se encontram no inconsciente, ou seja, aspectos obscurecidos da personalidade que por algum motivo estão inconscientes. Quando se entra em contato com estes conteúdos por meio da expressão simbólica, a consciência é ampliada e assim a energia psíquica pode ser transformada adquirindo nova dinâmica, de maneira a proporcionar alívio para a psique já que se está diante das mais profundas emoções e tudo aquilo que bloqueia, limita e inibe, no processo terapêutico, deixa de fazer sentido ou passa a ser questionado: “ninguém que haja passado pelo processo de assimilação do inconsciente poderá negar o fato de ter-se emocionado profundamente e de ter-se transformado”. (Jung, 1981, p. 210)

Se a intenção é fazermos uma leitura integral do universo adolescente é preciso compreender o mecanismo de funcionamento psíquico. Neste caso será considerado que o inconsciente se apresenta por meio de imagens. Para Jung (2013, p. 458):

A imagem interna é uma grandeza complexa que se compõe dos mais diversos materiais e da mais diversa procedência. Não é um conglomerado, mas um produto homogêneo, com sentido próprio e autônomo. A imagem é uma expressão concentrada da situação psíquica como um todo e não simplesmente ou sobretudo dos conteúdos inconscientes. É certamente expressão de conteúdos inconscientes, não de todos os conteúdos em geral, mas apenas dos momentaneamente constelados. Essa constelação é o resultado da atividade espontânea do inconsciente, por um lado, que sempre estimula a atividade dos materiais subliminares relevantes e inibe os irrelevantes. A imagem é, portanto, expressão da situação momentânea, tanto inconsciente quanto consciente. Não se pode, pois, interpretar seu sentido só a partir da consciência ou só do inconsciente, mas apenas a partir de sua relação recíproca.

Sendo assim, o adolescente que muitas vezes não consegue expressar verbalmente suas emoções – por fatores sociais, culturais ou até mesmo religiosos –, ao criar imagens passa a vivenciar suas interioridades de maneira integral e conseqüentemente a ter melhores condições para lidar e refletir com o mundo interno e externo a partir do

reconhecimento do universo psíquico.

Jung diz que confrontar-se com o inconsciente:

[...] é algo de muito diverso: trata-se de libertar os processos inconscientes que irrompem na consciência sob a forma de fantasias. Pode-se então tentar interpretá-las. [...] mas o importante é vivê-las plenamente e também compreendê-las, uma vez que a compreensão intelectual pertence à totalidade da experiência. (JUNG 1981, p. 203)

Neste contexto, o arteterapeuta, utilizando-se das técnicas da Arteterapia devidamente direcionada, pode facilitar o acesso a conteúdos inconscientes despertando para a tomada de consciência, oferecendo a oportunidade de transformações psíquicas a partir das expressões criativas (gestuais, na fala que acompanha o fazer, no manuseio das materialidades, na escolha dos materiais, no uso do tempo, nas pausas, na forma final da composição) que funcionarão como um verdadeiro “espelho de suas almas”:

Técnicas criativas são dinamizadoras de *insights* – visões de dentro – e de movimentos internos, possibilitando a ação de transformar-se, ou seja, de ir para além daquela forma. Ao darmos um novo sentido e destino aos materiais, possibilitamos uma transformação simultânea no nível psíquico. (CARNEIRO, MACIEL, 2012, p. 56).

Portanto, com a expressão dos conteúdos inconscientes nos encontros com o arteterapeuta, é possível acolher, recolher, transformar e, junto ao sujeito, dar sentido à vida dos adolescentes; pois acredita-se que com atenção, dedicação e criatividade, as histórias adolescentes poderão ser transformadoras dos sujeitos de forma a levar para o seu entorno (famílias, amigos, comunidades) um novo sentido e significado.

Outro conceito importante, diz respeito à própria prática da Arteterapia.

Uma, dentre as inúmeras formas de descrever o que é mesmo a Arteterapia, será considerá-la como um processo terapêutico, que ocorre por meio da utilização de modalidades expressivas diversas. As atividades artísticas utilizadas, configurarão uma produção simbólica, concretizada, em inúmeras possibilidades plásticas, diversas formas, cores, volumes etc. Esta materialidade permite o confronto e gradualmente a atribuição de significado às informações provenientes de níveis muito profundos da psique, que pouco a pouco serão apreendidas pela consciência. (PHILIPPINI, 2013, p. 11)

Considerando que o “por meio” acima referido diz respeito ao fazer terapêutico junto à materialidade, na qual o arteterapeuta, cliente e materiais estão todos em relação e transformação. Da mesma forma, por “atividades artísticas” está aqui sendo considerado como toda a possibilidade expressiva no material plástico.

Partindo desta análise, pode-se concluir que a Arteterapia permite a expressão de imagens psíquicas por meio das materialidades para promover o cuidado terapêutico e elaborativo embasado na leitura simbólica onde o indivíduo passa a encontrar novos sentidos.

Como ressalta Urrutigaray (2011, p. 27):

[...] a finalidade da Arteterapia consiste em possibilitar a emergência de uma imagem imaginada transposta em imagem criada, a partir da utilização de materiais plásticos, que cedem sua flexibilidade e maleabilidade a quem os utiliza, para expressar seus conteúdos íntimos.

Pode-se entender a Arteterapia como um processo terapêutico no qual estão presentes materiais diversos possibilitando a expressão de conteúdos psíquicos simbolizados através das mais diversas possibilidades expressivas junto às materialidades (como desenhos, colagens, mandalas, pinturas, modelagem, mosaicos etc.) podendo, depois de experimentados e vivenciados, gerar ressignificações.

Vivemos num momento histórico que não propicia o compartilhar de sentimentos e emoções. No entanto, a expressão plástica ainda é um lugar que possibilita este compartilhar. Arcuri conceitua que:

A expressão artística, muitas vezes, exprime indivisíveis emoções, levando à concretização dos anseios e das necessidades do ser humano. Emoções que não encontram uma maneira socialmente aceita de expressão, que se introvertem, criando fendas nas profundidades do psiquismo, e deformando suas estruturas básicas. (ARCURI, 2006, p. 23)

Ainda podemos considerar que o ato de criar forma uma ponte entre a ordem consciente e inconsciente resultantes de toda a experiência vivida. Assim se estabelece a possibilidade de encontro, de um novo olhar e diálogo frente a tais experiências, com a possibilidade de tomada de consciência que permite a transformação destas emoções pois:

[...] dando forma, cor, expressão aos sentimentos inominados, conexões são feitas e novos significados podem ser atribuídos a velhas situações vividas que não puderam ter livre canal de expressão no momento em que ocorreram. (ARCURI, 2006, p. 21)

Ao considerar esta dinâmica podemos aferir, conforme Arcuri, (2006, p. 25), que “ as experiências dolorosas e suas cicatrizes podem ser integradas numa consciência ampliada”, proporcionando alívio do sofrimento psíquico por meio da autorregulação, já que quando conscientizados se pode reelaborar certos conteúdos inconscientes que ocasionam desconforto ou sofrimento. Nesse sentido, toda manifestação de sofrimento pode ser compreendida como um sinal do inconsciente à consciência, um apelo à integração:

Os sintomas físicos e emocionais, expressões diretas de desordem, conflito e desvios em relação ao sentido da vida, se multiplicam como genuínos apelos à autorregulação da psique. A rota em direção à saúde psíquica, que pressupõe a integração e completude, no sentido de tornar-se inteiro ou indiviso, nos leva à necessidade, mais que urgente, de encontrar formas e espaços de expressão da subjetividade. (MACIEL; CELESTE, 2012, p. 2)

Entende-se com base nessas afirmações que, de alguma forma, a expressão de conteúdos internos são oportunidades valiosas de acesso aos conteúdos simbólicos, que podem oferecer caminhos a uma reorganização psíquica. Essas manifestações são como um “grito de alerta” enviado pelo inconsciente.

Considera-se que todo indivíduo é influenciado por conteúdos psíquicos. Estes

conteúdos estão contidos no inconsciente pessoal. O autor ainda afirma que pode-se sofrer influência do inconsciente coletivo por meio de imagens universais, denominadas arquétipos. A este respeito contextualiza Jung:

[...] devemos afirmar que o inconsciente contém, não só componentes de ordem pessoal, mas também impessoal, coletiva, sob a forma de categorias herdadas ou arquétipos. Já propus antes a hipótese de que o inconsciente, em seus níveis mais profundos, possui conteúdos coletivos em estado relativamente ativo; por isso o designei inconsciente coletivo. (JUNG, 2008, p. 24)

De acordo com essa teoria, tais estruturas se manifestam através de imagens que por vezes representam um conjunto de afetos denominado complexo. Ele pode mobilizar o indivíduo tanto positiva quanto negativamente em sua vida e no segundo caso, indicando possíveis disfuncionalidades das emoções. De acordo com Jung (2000, p. 13), “os pacientes que tenham talento para a pintura ou o desenho podem expressar seus afetos por meio de imagens”.

Ainda nesse pensamento, as imagens podem advir do inconsciente coletivo e as expressões pelas imagens podem apresentar uma espécie de encontro com o sagrado, citado por Jung como “numinoso”, muitas vezes reconhecido nas experiências religiosas. Jung afirmou que “o fenômeno religioso apresenta um aspecto psicológico” (2012, p. 17), este encontro com o sagrado traz à tona o simbólico que facilita a conscientização de aspectos inconscientes, contribuindo para a melhora dos estados emocionais.

A Arteterapia, como trabalho de mediação do arteterapeuta com a pessoa em processo junto às materialidades, propiciará a conexão com o mundo interno a fim de ensinar a encontrar a própria cura a partir da identificação, aceitação e reflexão sobre as situações e contextos de conflito psicológico.

Não é o terapeuta quem cura. Ele é o guia que nos leva a nos religar com nossas dimensões mais profundas, mas, como Jung defendia, só aquilo que somos realmente é capaz de curar-nos. Lembremos aqui que a cura reside muitas vezes no movimento de reconhecer, aceitar e suportar nossas contradições e pontos vulneráveis e não necessariamente em viver grandes, e muitas vezes insustentáveis transformações. (MACIEL, CELESTE, 2012, p. 69)

Portanto, a Arteterapia pode prevenir e tratar o sofrimento humano além de permitir a ressignificação de inúmeros aspectos da vida criando novas possibilidades e novos recursos internos para lidar com as adversidades advindas de desequilíbrios, da vida e do mundo.

Em tempos de globalização onde tudo acontece muito rapidamente, muitas vezes não é possível visualizar um futuro satisfatório às necessidades humanas, isto pode acarretar preocupação, certa angústia existencial e medo de um futuro incerto tanto no adulto quanto no adolescente.

A civilização ocidental vive um período de transição de sua história. Há rupturas em numerosos processos, desde o modo de produzir industrialmente até os modos de adquirir conhecimentos, das

transformações na estrutura de emprego até a autonomia adquirida pela vida sexual com relação à procriação. As rupturas são mais sintomáticas do que os diversos ajustes na economia; são também mais importantes para descobrir onde estão as sementes do futuro. (LEVISKY, 2007, p. 63)

Para os adolescentes já vulnerabilizados com as transformações que acontecem no próprio corpo, na busca pela identidade adulta, no luto da infância, pela instabilidade frente à própria identidade, todas estas questões podem se somar de forma dramática. Em alguns casos, toda esta complexidade fica difícil de expressar: insatisfação, desconforto, inabilidades na verbalização, não identificação de interlocutores no seu grupo. Neste contexto, as emoções não são manifestadas com clareza, o que dificulta o processo de reelaboração psíquica.

A dificuldade na comunicação é frequente entre jovens e adultos. Uma das razões para isso é a fala cifrada e aparentemente ininteligível dos adolescentes. Em todas as épocas eles desenvolvem uma fala própria, autônoma, diferente da língua comum, o que possibilita uma comunicação específica dentro de seus grupos e os diferencia dos adultos. (LEVISKY, 2001, p. 113)

Partindo desse conceito, pode-se concluir que os adolescentes necessitam de maior cuidado e atenção para serem compreendidos e para que possam sentir-se seguros. Nesse caso, a Arteterapia é facilitadora da comunicação do adolescente, uma vez que privilegia a expressão não verbal utilizando-se dos recursos expressivos. Para Jung apud Barcellos (2012, p. 87) “todo o processo psíquico é uma imagem e um imaginar.” A psique é constituída de imagens, ou é ela mesma, imagem.

Sabendo-se que a psique se manifesta por imagens e seguindo a reflexão para se pensar na importância de ser cuidado, na humanização do indivíduo, se faz necessário buscar referências nos estudiosos que deixaram uma visão substancial sobre o “humano” em nós.

O cuidado entra na natureza e na constituição do ser humano. É uma maneira do próprio ser de estruturar-se e dar-se a conhecer. O modo de ser cuidado revela de maneira concreta como é o ser humano. (BOFF, 2014, p. 38)

O ser humano sem cuidados pode se desestruturar psicologicamente prejudicando-se em seu desenvolvimento e isso causa impacto nas suas interações, nas formas de interpretar o mundo, nas suas formas de se relacionar socialmente. Para Boff (2014, p. 39), “sem o cuidado, ele deixa de ser humano. [...], por isso o cuidado deve ser entendido na linha da essência humana”.

As atitudes que os indivíduos terão em relação ao outro irá depender da maneira pela qual foram cuidados e também de como o conceito de cuidado foi internalizado.

Para contextualização do termo “cuidado” sob a ótica junguiana destaca-se que todo o indivíduo na formação de sua personalidade necessita de amparo e direcionamento para que não se perca de sua integralidade:

No adulto está oculta uma criança, uma criança eterna, algo ainda em formação e que jamais estará terminado, algo que precisará de cuidado permanente, de atenção e de educação. Esta é a parte da personalidade humana que deveria desenvolver-se até alcançar a totalidade. (JUNG, 1972, p. 150)

O processo de individuação é, portanto, resultado de coragem pautada na possibilidade de contato entre consciente e inconsciente, bem como no cuidado.

Personalidade é a obra a que se chega pela máxima coragem de viver [...]. Educar alguém para que seja assim não me parece coisa simples. Trata-se sem dúvida da maior tarefa que nosso tempo propôs a si mesmo no campo do espírito. (JUNG, 1972, p. 152)

Estes estudos trarão um olhar mais profundo para o processo de formação de caráter dos adolescentes, assim como serão exploradas as maneiras pelas quais se pode encaminhá-los a uma autoconscientização de suas escolhas. Conforme Jung (1972, p. 152), “a personalidade jamais poderá desenvolver-se se a pessoa não escolher seu próprio caminho, de maneira consciente e por uma decisão consciente”.

Considera-se com os conceitos da Psicologia Analítica e da Arteterapia possibilitarão o trabalho elaborativo a partir da expressão criativa dos adolescentes.

Desenvolvimento

Durante os encontros os adolescentes expressaram suas emoções e puderam transferir para o papel, gestos e posturas aquilo que sentiram em cada um dos momentos. Assim, foi possível perceber que a expressão era continente tanto dos elementos valorosos da experiência recém vivida, quanto de memórias relacionadas a vivências antigas ou mesmo ressignificações. Segundo a fundamentação teórica, a expressão através dos elementos da linguagem visual permitiu que a situação momentânea da psique do indivíduo fosse representada, podendo ser reconhecida e ressignificada.

Na sequência, serão apresentados os principais resultados alcançados em vista dos objetivos pretendidos. Estes resultados não serão apresentados obedecendo a ordem cronológica dos encontros, mas em função do seu valor frente aos objetivos principais e secundários almejados.

Em alguns encontros observou-se que todos se concentraram no momento de colorir utilizando cores fortes e escuras com aplicação de grande pressão no manuseio do lápis que em alguns casos chegou a quebrar em função da força empregada. Compreendendo a expressão como índice das experiências subjetivas dos sujeitos, denota-se que esta produção foi acompanhada de emoções muito intensas. A partir da fundamentação teórica apresentada, também é possível aferir que a expressão efetivada desta forma estava funcionando como possibilidade elaborativa, o que foi aos poucos se revelando na verbalização, ou seja, conscientização, das dinâmicas nas falas compartilhadas ao final dos

encontros.

Algumas imagens revelaram o contato com o mundo interior, tal como aconteceu no quarto encontro, quando alguns adolescentes selecionaram cartões com a imagem de uma caverna que foi seguida por falas sobre sentimentos de estarem entrando em contato com a “vida de dentro”. No quinto encontro um dos adolescentes criou, ao pintar uma figura humana, uma abertura quadrada no peito e fala que era como se estivesse olhando para o seu coração, lugar onde ele sentia.

Na realização dos encontros quinze a dezenove, os adolescentes, ao pintarem ou desenharem mandalas, o fizeram vagarosamente e com muita concentração, sendo que ao final relataram sobre terem experienciado sentimentos de calma, paz e tranquilidade. Aqui se pode aferir que a atividade em si propiciou um estado de maior equilíbrio psíquica ou mesmo de vivência de sentimentos anteriormente ausentes. Sobre a atividades com mandalas:

[...] o mandala não é um simples círculo e sim um círculo com muitos significados que permite um diálogo como o nosso ser e traz um sentido de transcendência em nossa vida. O mandala passa a se transformar em um pequeno templo interior que nos acolhe em momentos de caos, dando-nos a oportunidade de transformação. (CHIESA, 2012, p. 25).

Em um dos encontros em que os adolescentes foram convidados a pintar imagens dentro de um círculo, um dos grupos trouxe a representação da igreja e da cruz. Essa imagem pode levar a pensar em alguma conexão com o sagrado (numinoso) uma vez que essas imagens são símbolos tradicionais da espiritualidade. Nessa atividade, muitos se emocionaram ao perceber aspectos bons de suas personalidades. Tal conexão, segundo a fundamentação teórica, pode ser percebida quando há alguma expressão psíquica que remete às experiências religiosas, em geral, propiciando a conscientização de aspectos inconscientes e conseqüente melhora emocional.

Houve atividades nas quais foi possível escolher livremente o que criar. Nessas propostas foi possível notar, na postura e expressão corporal, mais segurança e confiança. Parece que a possibilidade de escolha favoreceu reações de responsabilidade e certo empoderamento.

Os risos soltos marcaram presença em alguns dos encontros revelando a possibilidade de variação no experienciar de sentimentos. No primeiro encontro, eles aconteceram em dois momentos: nas apresentações e no convite para golpear o ar com mãos e pés. Já no terceiro encontro, eles aconteceram durante a pintura facial. Nesses momentos se revelaram expressões com fisionomia alegre, diferentemente das fisionomias habituais marcadas pelo sofrimento.

Na atividade de imaginação ativa sugerida no décimo encontro, ao entrarem na caverna, os adolescentes encontrarem os seus “monstros do medo” e desenharem essas

figuras. Muitos também relataram sensação de desconforto seguido de alívio, sugerindo uma redução da tensão emocional causada pelos medos não externalizados.

No vigésimo encontro, momento em que construíram caixinhas porta trecos, durante a escolha dos materiais para decoração das caixas, houve muita interação. Os adolescentes ajudavam uns aos outros opinando sobre qual material seria melhor. Ao final, quando foi sugerido que se presenteasse um colega com a produção realizada, a alegria estampada nos rostos evidenciou sentimentos de amizade que acolheu todo o grupo.

Foi verificado que os adolescentes progressivamente foram se envolvendo cada vez mais e profundamente nas atividades, com concentração e silenciamento. Isso denota que os primeiros encontros foram fundamentais para a constituição de vínculo a partir do qual foi possível dar prosseguimento às atividades.

Percebeu-se, já nos primeiros encontros, expressão de alegria, sentimento de pertencimento, reconhecimento e auto valorização de si mesmo. Isso pode denotar a elevação da estima e o fortalecimento de vínculos.

No transcorrer dos encontros, os adolescentes foram apresentando maior engajamento para falar sobre suas percepções e ideias e nesses momentos revelaram tanto um incremento na percepção de si, como o interesse em compartilhar no grupo sobre os processos vividos.

Um espírito de coletividade começou a se intensificar durante os encontros. Os adolescentes passaram a ser mais solidários uns com os outros, o que era perceptível tanto na colaboração durante o manuseio dos materiais, quanto na escuta e acolhimento do que um colega dizia a respeito de suas experiências.

Um entendimento sobre a importância da disseminação de ações em prol da igualdade entre as pessoas, independente de raça, cultura, gênero, aspecto físico, nível socioeconômico, foi percebido durante o vigésimo sétimo encontro quando os adolescentes criaram histórias apresentando ao grupo alternativas agregadoras para as relações com pessoas portadoras de deficiência física, com cores de pele diferentes, gêneros diferentes, classes sociais e outras culturas.

Um maior cuidado com a higiene pessoal e a aparência ficou visível com o passar dos encontros. Houve transformação no asseio das roupas e sapatos, nos cuidados em pentear os cabelos de maneiras diferentes, no corte das unhas e na esmaltação.

Foi também percebida maior conscientização do momento de vida de cada um, quando durante as rodas, muitos relataram as suas realidades domésticas.

Considerações Finais

Conclui-se, a partir das atividades propostas, que a Arteterapia propiciou aos adolescentes em vulnerabilidade social e que sofrem faltas tanto de ordem socioeconômicas

quanto culturais o desenvolvimento de um olhar atencioso para suas histórias de vida, trazendo novas perspectivas de significação e atuação.

De acordo com a Psicologia Analítica, os indivíduos foram influenciados pelo inconsciente e pela possibilidade de entrarem em contato com suas expressões, permitiu a transformação (parcial ou integral) do que era prejudicial em algo útil. Permitiu também a integração de aspectos positivos da personalidade que estavam obscurecidos na psique.

Durante os encontros foram utilizadas diferentes técnicas arteterapêuticas bem como materiais expressivos diversos com a finalidade de promover variadas possibilidades de vinculação com as próprias materialidades a fim de facilitar a externalização das emoções dos adolescentes que possuem um modo característico de comunicação, muitas vezes não verbal, permitindo o contato com o mundo interno. O registro escrito das experiências vividas, solicitado em alguns dos encontros, impulsionou a atitude introspectiva e de contato com os próprios sentimentos.

Ficou clara a importância de estabelecer o tempo inicial de vinculação sem o qual os adolescentes poderiam não se sentir confortáveis para compartilhar suas histórias bem como compactuar das particularidades de suas emoções no cotidiano com pessoas que a princípio não faziam parte de suas vidas.

A externalização de emoções bloqueadas permitiu a liberação de energias contidas, transformando-as para um novo fluxo. Sentimentos como baixo estima e carência surgiram abrindo as portas para o contato com aspectos positivos das personalidades com a chance de reintegração.

Portanto, considera-se que os encontros arteterapêuticos possibilitaram aos adolescentes o reconhecimento da capacidade para vencer os seus desafios pessoais, apropriando-se de suas qualidades e reconhecendo sua responsabilidade na sociedade onde vivem. Enfim, pode-se concluir que finalizaram este processo com muito mais esperança e recursos para um futuro melhor.

A questão do valor humano, da importância do cuidado como um princípio acolhedor, do papel do afeto na relação terapêutica como fundamentais para a reestruturação psíquica, despertaram o interesse para um maior aprofundamento e pesquisa futura.

Data de recebimento: 01.11.2022

Data primeiro aceite: 03.02.2023

Data segundo aceite: 24.02.2023

Referências Bibliográficas

ARCURI, I. G. **Arteterapia e o corpo secreto**. 1. ed. São Paulo: Vetor, 2006.

AVATAMSAKA, S. A. **O castelo da mente decorado para a entrada do Buda**. Disponível em: <<http://www.caminhosdeluz.org>>. Acesso em: 25 jun. 2023.

BOFF, L. **Saber cuidar: ética do humano – compaixão pela terra**/ Leonardo Boff. 1. ed. Petrópolis, RJ: Vozes, 2014.

CHIESA, R. F. **Mandalas Construindo Caminhos Um Processo Arteterapêutico**. Rio de Janeiro: Wak editora, 2012.

FIORAVANTI, C. **Mandalas: como usar a energia dos desenhos sagrados**. 1. ed. São Paulo: Pensamento-Cultrix, 2007.

JUNG, C. G. **A natureza da psique**. 5. ed. Petrópolis, RJ: Vozes, 2000.

_____. **Estudos sobre psicologia analítica**. 2. ed. Petrópolis, RJ: Vozes, 1981.

_____. **Eu e o Inconsciente**. 21. ed. Petrópolis: Vozes, 2008.

_____. **Psicologia e Religião**. 11. ed. Petrópolis, RJ: Vozes, 2012.

_____. **Tipos Psicológicos**. 7. ed. Petrópolis, RJ: Vozes, 2013.

_____. **O desenvolvimento da personalidade**. 1. ed. São Paulo, SP: Círculo do livro, 1972.

_____. **Os arquétipos e o inconsciente**. 2. ed. Petrópolis, RJ: Vozes, 2002.

LEVISKY, D. L. (Org.). **Adolescência e violência: ações comunitárias na prevenção “conhecendo, articulando, integrando, e multiplicando”**. 3. ed. São Paulo: Casa do Psicólogo/Hebraica, 2001.

MACIEL, C., CARNEIRO, C. (orgs) . **Diálogos criativos entre a Arteterapia e a Psicologia Junguiana**. 1. ed. Rio de Janeiro: WAK, 2012.

MARTINS, E. C. Conto Assembléia na Carpintaria. In: **Educar para as emoções na escola: experiência de um programa de inteligência emocional no 1º Ciclo do Ensino Básico**, 2021. [ESECB - Pósteres em encontros científicos/técnicos](https://repositorio.ipcb.pt/bitstream). Disponível em: <<https://repositorio.ipcb.pt/bitstream>>. Acesso em: 25 jun. 2023.

PHILIPPINI, A. **Para entender Arteterapia: Cartografias da coragem**. 5. ed. Rio de Janeiro: Wak, 2013.

SECCO, P. E. **A semente da verdade**. 8. ed. São Paulo: F Franchin Gráfica e Editora Ltda, 2015.

UNICEF. **Saúde mental de adolescentes:** A pandemia reforçou a urgência de medidas para garantir o bem-estar de toda uma geração. Disponível em:
<<https://www.unicef.org/brazil/saude-mental-de-adolescentes>>. Acesso em: 25 jun. 2023.

URRUTIGARAY, M. C. **Arteterapia:** a transformação pessoal pelas imagens. 5. ed. Rio de Janeiro: Wak, 2011.

RELATO DE EXPERIÊNCIA

Um relato sobre o trabalho de Arteterapia no contexto hospitalar A report on the work of Art Therapy in hospital context

Patricia Carlesso Marcelino¹

Resumo: Apresento o trabalho de Arteterapia, que foi desenvolvido de 2021 a 2023, na Psiquiatria do Hospital São José, município de Sertão-RS. As sessões de Arteterapia aconteceram uma vez por semana, na sala-ateliê do hospital, durante o período da tarde, de maneira individual e/ou em pequenos grupos, foram planejadas e estruturadas de acordo com as necessidades e condições de cada paciente, descritas no Plano Terapêutico singular, sendo empregadas uma diversidade de possibilidades de atividades e de expressões artísticas e corporais. A Arteterapia como uma das Práticas Integrativas e Complementares em Saúde pode auxiliar na promoção, reabilitação e recuperação da saúde integral através da utilização da arte e da sensibilidade.

Palavras-chave: Arteterapia; hospital; saúde.

Abstract: I present the art therapy work, which was developed from 2021 to 2023, in the Psychiatry Department of the São José Hospital, municipality of Sertão-RS. The art therapy sessions happened once a week, in the studio-room of the Hospital, during the afternoon, individually and/or in small groups, and were planned and structured according to the needs and conditions of each patient, described in the individual therapeutic plan, using a diversity of possibilities of activities of artistic and corporal expression. Art therapy as one of the Integrative and Complementary Health Practices can assist in the promotion, rehabilitation and recovery of integral health, through the use of art, sensitivity and sensitive.

Keywords: Art therapy; hospital; health.

Introdução

Este escrito, tem como objetivo, apresentar o trabalho de Arteterapia na Psiquiatria, que foi desenvolvido de 2021 a 2023, no Hospital São José (HSJ), município de Sertão, no Rio Grande do Sul, como uma forma de disseminar a Arteterapia nos diversos espaços de Educação e de Saúde e aqui, em especial, nos contexto hospitalar.

¹ Doutora, mestre e pós-doutora em Educação, pelo programa de pós-graduação em Educação da Universidade de Passo Fundo (UPF-RS), na linha de Pesquisa Fundamentos da Educação; docente universitária, pedagoga e arteterapeuta filiada à AATERGS 246/0921. Membro do Núcleo de Pesquisa em Filosofia e Educação (NUPEFE-UPF-RS), do Grupo de Estudos em Ética, Democracia e Educação (GEEDE-UPF-RS), do Núcleo de Pesquisa, Teoria e Práxis Pedagógica (UPF-RS), e do Grupo de Estudos Práxis: Docência, Educação e Sociedade (UNIJUÍ-RS). Lattes: <https://lattes.cnpq.br/0958512367514581>

A Arteterapia insere-se no Sistema Único de Saúde através da Portaria nº 849 de 25/03/2017, em adendo à Portaria nº 145, de 13 de janeiro de 2017, sob a rubrica Procedimento 01.01.05.006-2, modalidade ambulatorial de atenção básica, integrando o quadro de Práticas Integrativas/Complementares do Grupo 01 – Ações Coletivas/Individuais em Saúde. RENASES: 007 – Práticas Integrativas e Complementares, 008 – Ações Comunitárias, 010 – Atividades Educativas, Terapêuticas e de Orientação à População.

É importante e necessário preocupar-se muito com as questões que envolvem a Saúde e o cuidado integral das populações. Em consonância com pressupostos da Organização Mundial de Saúde (OMS), que atualmente está incentivando a inserção, o reconhecimento e a regulamentação das Práticas Integrativas e Complementares em Saúde (PICS), seus produtos e seus praticantes no Sistema Único de Saúde, e diante desse cenário, a Arteterapia vem somar na promoção, reabilitação e recuperação da Saúde, bem como na prevenção de agravos através da utilização da Arte e da escuta sensível.

De acordo com Silveira (2004), a Arteterapia dinamicamente orientada baseia-se no reconhecimento de que os pensamentos e sentimentos fundamentais do homem derivam do inconsciente e frequentemente exprimem-se melhor em imagens do que em palavras. Os estudos de Ormezzano (2009) apontam que a natureza deve ser respeitada e preservada, ao invés de ser dominada e explorada. Suas forças materiais e arquetípicas fazem parte do ser humano, assim como a humanidade faz parte delas. O mundo não pode mais ser um campo de morte, poluição, lucro desenfreado, mas de vida, saúde e solidariedade. Está na hora do resgate de valores para reinventar um novo modo de viver.

Nesse sentido, justifica-se sua prática no contexto hospitalar, em uma perspectiva de auxiliar as pessoas atendidas, em sua integralidade, de maneira respeitosa, sensível e humanizada. No tópico abaixo, com muita alegria, apresento algumas imagens do trabalho, que foram registradas durante as sessões.

As sessões de Arteterapia realizadas no contexto hospitalar

De 2021 a abril de 2023, o Hospital São José, Sertão-RS, disponibilizou o atendimento aos pacientes da Psiquiatria e Saúde Mental, contratando em seu corpo clínico, uma Arteterapeuta associada à AATERGS. O Hospital é uma instituição filantrópica, fundada há mais de 80 anos; conta com 50 leitos, que, em sua grande maioria, são ocupados por usuários do SUS, sendo 10 leitos destinados à Saúde Mental e Psiquiatria, tendo uma base de referência nessas áreas para mais de 60 municípios.

Ao realizarem o processo de internação no Hospital, os pacientes ou seus responsáveis assinaram o Termo de Consentimento Livre e Esclarecido (TCLE), para que pudessem participar das sessões de Arteterapia e também, através do mesmo, autorizaram o uso dos registros e materiais produzidos (textos escritos, fotos, desenhos, imagens

visuais), para utilização em eventos científicos, educacionais e publicações em periódicos da área, respeitando seus aspectos éticos de pesquisa com seres humanos, dispostos na resolução 466/12.



Figura 1. A sala-ateliê de Arteterapia no Hospital. Fonte: Acervo Arteterapia HSJ.

O espaço destinado às sessões de Arteterapia, foi adaptado e organizado pela arteterapeuta, para que estivesse arejado e acolhedor. De acordo com Pain (2009), o ateliê ou sala-ateliê pode integrar uma instituição ou ser ele próprio uma instituição terapêutica e, geralmente, o seu funcionamento é em grupo, o que favorece uma troca particular de olhares e palavras, de limitações e diferenciações, bem como um exercício contínuo de compreensão do outro.

As sessões de Arteterapia aconteceram uma vez por semana, na sala-ateliê do Hospital, durante o período da tarde, de maneira individual e/ou em pequenos grupos. As sessões foram planejadas e estruturadas de acordo com a necessidade e das condições de cada paciente, e foram descritas no Plano Terapêutico Singular (PTS), discutidas semanalmente e aprovadas com a gestora responsável. Ao final de cada sessão, a arteterapeuta registrava suas percepções individuais relatadas pelos pacientes, a sua percepção profissional, e as observações sobre a condução das sessões em grupo, no prontuário de cada paciente, conforme as determinações institucionais.

A participação dos pacientes nas sessões, variava a cada semana, pois dependendo do caso de cada um, o processo de internação e o tempo de hospitalização variava muito,

dependendo da patologia, do estado de saúde, da aceitação e continuidade dos tratamentos, e/ou do processo individual dos pacientes que realizavam tratamento para dependência química.

A maioria das sessões, foram conduzidas da seguinte maneira: no primeiro momento, ao chegar na sala-ateliê a Arteterapeuta organizava o espaço e os materiais, arejava a sala e buscava os pacientes que desejavam participar. Cada sessão foi organizada seguindo um roteiro e um tema vinculado ao bem-estar e ao processo de cuidado humanizado, adaptado para os pacientes daquela sessão e daquela semana, como: a coragem, a superação, um novo caminho para a vida, o trabalho, os relacionamentos, o engajamento e o encorajamento para se fortalecer integralmente e continuar o tratamento no hospital e em seus municípios, após a alta hospitalar.

Após esse momento, iniciavam o processo de criação, com atividades expressivas com o uso de materiais diversos, dependendo da temática proposta ou sugerida por eles, atividades com o uso do corpo, momentos ao ar livre e, como parte final da sessão, todos organizados em círculo, formavam um momento de reflexão e sensibilização, de forma respeitosa e amorosa. Algumas vezes, eles sugeriram temas para os próximos encontros e relataram se gostavam ou não das vivências, de que maneira as atividades os sensibilizavam emocionalmente, se lembravam de algum momento de suas vidas durante as vivências e como se sentiram. Na parte final, era feito um momento de respiração e soltura corporal.

O processo de Arteterapia, segundo Finimundi (2008), é, geralmente, dividido em três etapas: relaxamento (sensibilização), criação (processo de construção) e reflexão (entendimento da criação e simbolismo). É uma prática que utiliza a arte como base do processo terapêutico. Faz uso de diversas técnicas expressivas como pintura, desenho, sons, música, meditação, modelagem, colagem, expressão corporal, escultura, dentre outras. Pode ser realizada de forma individual ou em grupo. Baseia-se no princípio de que o processo criativo é terapêutico e fomentador da qualidade de vida. A Arteterapia estimula a expressão criativa, auxilia no desenvolvimento biopsicossocial, no raciocínio e no relacionamento afetivo.

Nesse sentido, a presença de um arteterapeuta, de acordo com os estudos de Pain (2009), polariza a afetividade de cada um dos participantes, permitindo assim a comunicação e a circulação das emoções. É um lugar privilegiado para viver e tomar consciência, e, para o terapeuta, observar e enquadrar o processo de objetivação expressiva a partir de seu nascimento, considerando suas tensões, seus conflitos e suas estratégias.



Figura 2. Sessões individuais ativam a criatividade. Fonte: Acervo Arteterapia HSJ.

Para Zimmermann (2009), o inconsciente, em sua dimensão coletiva, tende a manifestar-se por meio de certas imagens típicas de natureza simbólica. A autora relata que em sua experiência clínica, pode observar que as imagens emergentes do inconsciente, seja em sonhos, em movimentos, em desenhos, ou na lembrança de um conto de fadas preferido na infância, expressam algo do processo psíquico do indivíduo, o que nos autoriza a denominá-las inconsciente, é a escolha que lhes deu a forma. É sempre a maneira impulsiva que surge da profundidade da psique e não a decisão e a estruturação conscientes que tornam esse processo decisivo.

O que se manifesta, segundo Zimmermann (2009), são as mensagens dos bastidores emocionais, sempre implícitas nas imagens emergentes. É aquela dimensão encontrada nos cultos e nos rituais religiosos, nos contos de fadas, nos mitos e, também nos estados neuróticos e psicóticos, nos sintomas psicossomáticos e nos complexos. A autora também aponta que, na dimensão social, percebemos os reflexos de conteúdos psíquicos profundos nas manifestações de arte, da mídia e da política.

O papel do arteterapeuta é auxiliar no entendimento das imagens criadas pelo indivíduo em ação mental e, através dessa dinâmica, possibilitar a percepção para que possa ocorrer mudança de comportamento e, nesse caso, para a continuidade do tratamento no contexto hospitalar. Segundo a UBAAT (2020, p. 3), enquanto a arte-educação ensina técnicas de arte, a Arteterapia possui a finalidade de propiciar mudanças psíquicas, assim como a expansão da consciência, a reconciliação de conflitos emocionais, o autoconhecimento e o desenvolvimento formativo nos atendidos.



Figura 3. As dinâmicas de grupo foram utilizadas como disparadores para reforçar o pertencimento e a cooperação, além da expressão dos sentimentos. Fonte: Acervo Arteterapia HSJ.

Segundo Silveira (2016), certamente a linguagem abstrata presta-se a dar forma a segredos pessoais, satisfazendo uma necessidade de expressão sem que outros os devessem. A linguagem abstrata cria-se a si própria a cada instante, ao impulso das forças em movimento no inconsciente. Confinada com a abstração a tendência intuitiva ao lúdico.

O processo terapêutico, de acordo com Pain (2009), consiste em identificar os obstáculos encontrados nas diferentes etapas da criatividade e descobrir seu significado, admitindo que aqui a forma e o conteúdo são inseparáveis. Para poder compreender o processo do paciente, para reconhecer os obstáculos que o impedem de criar os efeitos de espaço e luz que imagina, para definir o gesto ou a cor que faltam ao equilíbrio de seu quadro, como um *lapsus linguae*, um erro gramatical, é necessário que o coordenador domine as regras mais gerais da representação figurativa. Essa capacidade essencialmente técnica só pode ser adquirida por uma prática pessoal e orientada.



Figura 4. Durante as sessões na sala-ateliê, foram realizadas diversas modalidades de expressão artística. Fonte: Acervo Arteterapia HSJ.

A sensibilidade, a humanização e o cuidado de si e do outro, segundo Marcelino (2019), são ferramentas poderosíssimas para quem escolher o posicionamento de fazer a diferença em seu entorno. É uma capacidade que pode ser aprendida em todos os contextos através de atos e de exemplos, de gentileza e delicadeza, nesses tempos de barbárie, de egoísmo, de egocentrismo, de desrespeito e de exclusão.

É importante, de acordo com Marcelino (2019), que possamos ter a capacidade de valorizar mais as pessoas e não as coisas e que possamos exercitar mais a cooperação do que a competição. A partir dessa escolha e de uma mudança interna, nossos comportamentos determinarão nosso posicionamento frente aos acontecimentos, à natureza e, principalmente, frente às pessoas que são atendidas por nós e a tudo que nos cerca. Através da arte e da sensibilidade é promovida a ressignificação dos conflitos internos, promovendo a reorganização das próprias percepções, ampliando a percepção do indivíduo sobre si e do mundo. A arte é utilizada no cuidado à saúde com pessoas de todas as idades; por meio da arte, a reflexão é estimulada sobre possibilidades de lidar de forma mais harmônica com o estresse e as experiências traumáticas.



Figura 5. Sentir e emergir através das expressões artísticas e corporais. Fonte: Acervo Arteterapia HSJ.

De acordo com Pain e Jarreau (2001, p.10), destaca-se também que quanto ao sentido contemporâneo da palavra “terapia”, pode-se verificar que ele evita o sufixo “psico”, como se a arte tivesse, por ela mesma, propriedades curativas. De nossa parte, consideramos que a dimensão “terapia” subentende, neste caso, aquela de “psico”, sem o qual nenhuma modificação duradoura do comportamento é considerada. O incluir

implicitamente é também expandir o campo da prática até então ocupado quase exclusivamente pela ação psiquiátrica.

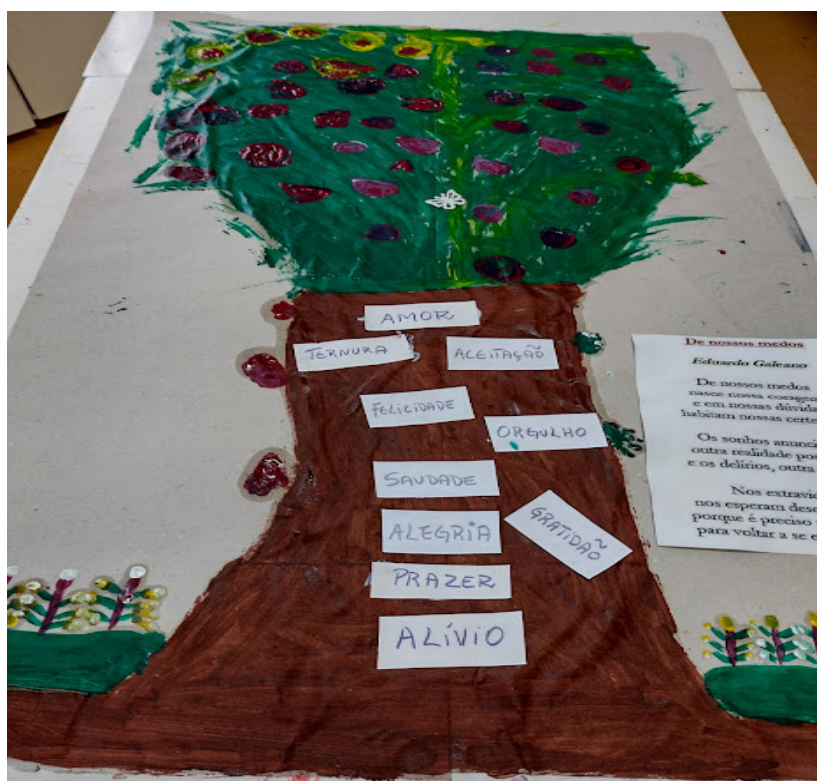


Figura 6. Atividade em grupo para fortalecer os laços e as nossas raízes. Fonte: Acervo Arteterapia HSJ.

Nesse sentido, Paín e Jarreau (2001) reforçam que o trabalho de Arteterapia se orienta de acordo com várias tendências. As mais próximas da clínica psicoterápica consideram a atividade plástica como secundária, o efeito terapêutico sobrevém somente das trocas verbais em torno do conteúdo da obra. A expressão plástica é, então, utilizada como meio de acender a comunicação verbal ou como única maneira de estabelecer uma comunicação. Mesmo que a representação gráfica e a modelagem sejam atividades completamente justificáveis em um processo psicoterápico, ela não nos parece depender da Arteterapia, porque os problemas relacionados à representação simbólica nela são ignorados.

O objetivo terapêutico da atividade artística é, conforme as autoras, justamente tentar tirar o sujeito de seu delírio, por intermédio da lei da matéria. Por outro lado, uma tendência privilegia a organização do trabalho e o enquadramento que favorecem a estruturação consciente da representação. A Arteterapia, através de suas estratégias e de seus profissionais, pode oferecer produtivos subsídios ao Programa Nacional de Melhorias do Acesso e da Qualidade na Atenção Básica (PMAQ) utilizando ações arteterapêuticas específicas. Assim, a Arteterapia é parte de um *continuum* das artes em cuidados de saúde,

que inclui o desenvolvimento e aplicação das artes, criatividade e imaginação como agentes de prevenção e promoção de saúde.



Figura 7. Deixamos nossas marcas no mundo. Fonte: Acervo Arteterapia HSJ.

Nise da Silveira (2016) enfatizava que, através dos estudos em Worringer, o sentimento estético move-se entre dois pólos: a necessidade de empatia e a necessidade de “abstração”. Do mesmo modo que a necessidade de empatia, como pré-suposição da experiência estética, encontra satisfação na beleza do mundo orgânico, a necessidade de abstração encontra a beleza no mundo inorgânico, no cristalino, ou em termos gerais, nas leis abstratas. Uma ou outra destas tendências básicas será mobilizada segundo as relações do homem com o cosmos. Se estas relações são confiantes, o prazer estético será gozo de si mesmo objetivado, será empatia .

A expressão artística pode ser um caminho para favorecer a comunicação de desconfortos ou experiências contraditórias, de difícil comunicação apenas em palavras. As ações de desenhar, pintar, dançar, modelar, riscar, rasgar, alinhar e desalinhar, construir e desconstruir, e tantas outras, podem constituir uma experiência pessoal de potencialização de autonomia, uma vez que envolvem um processo ativo de escolha de materiais, estilos, cores, formas, linhas e texturas.

As sessões de Arteterapia podem auxiliar no tratamento e possibilitar mudanças no comportamento, ajudando os atendidos a enfrentarem e expressarem seus medos e anseios por meio da sua arte (desenho e atividades expressivas). Este fazer criativo, sensível e humanizado pode contribuir para o fortalecimento dos sentimentos de autonomia e dignidade, que podem ser fatores de importância primordial na adoção, manutenção e

fortalecimento de comportamentos saudáveis e sentimentos positivos durante e após o tratamento.

Considerações Finais

Na Arteterapia, em um contexto hospitalar, procura trabalhar a percepção, os sentidos, a contemplação e a estimulação do Ser em sua inteireza com ternura, gentileza, respeito, empatia e muita sensibilidade. Acredito que este caminho é viável e seguro para que os atendidos possam atingir níveis de compreensão e cognição, que resultarão gradativamente na sua independência psíquica e emocional, auxiliando na estimulação da expressão, do desenvolvimento da criatividade, favorecendo o autoconhecimento, a percepção, o bem-estar na liberação das emoções, no entendimento do problema e na transformação pessoal e social.

O advento da Saúde, pensado a partir do cuidado humanizado e sensível, com um olhar que contemple o ser humano em sua multidimensionalidade, corpo físico-psíquico-espiritual-sócio-ambiental, parece convergir com o contexto plural e complexo no qual se vive atualmente. Assim, destaca-se a importância de incentivar e reconhecer ações diferenciadas e aqui, como foi possível apresentar e destacar, a importância da inserção das sessões de Arteterapia nos contextos de Saúde.

Agradecimentos

Gostaria de registrar um agradecimento especial à Direção do Hospital São José de Sertão-RS, através do seu presidente, Edgar Frank, e das gestoras do Hospital, Lúbia Tamires Rintzel, Eduarda Tamanho e Denise Catto, pelo apoio incondicional para que o Projeto de Arteterapia na Psiquiatria se concretizasse e se efetivasse sob minha responsabilidade, no período de 2021 a 2023.

Gratidão à toda equipe multiprofissional da Psiquiatria HSJ, pelo suporte tão necessário ao cuidado integral dos pacientes.

Data de recebimento: 18.01.2023

Data primeiro aceite: 06.03.2023

Data segundo aceite: 25.05.2023

Referências Bibliográficas

BRASIL. Ministério da Saúde. **Portaria nº 849 de 27 de março de 2017**. Brasília, 2017. Disponível em: <https://bvsms.saude.gov.br/bvs/saudelegis/gm/2017/prt0849_28_03_2017.html>. Acesso em: 24 jun. 2023.

BRASIL. Ministério da Saúde. **Portaria nº 145, de 13 de janeiro de 2017**. Brasília, 2017. Disponível em: <https://bvsms.saude.gov.br/bvs/saudelegis/sas/2017/prt0145_11_01_2017.html>. Acesso em: 24 jun. 2023.

FINIMUNDI, M. R. L. **Arteterapia , Educação e Saúde**. Caxias do Sul, RS: Gráfica Paulus, 2008.

MARCELINO, P. C. **Humanização e Sensibilidade: Educação e Uso do Corpo em Giorgio Agamben**. (Tese de Doutorado em Educação PPGEDU-UPF), Passo Fundo, RS: 2019.

ORMEZZANO, G. **Educação Estética, Imaginário e Arteterapia**. Rio de Janeiro: Wak Editora, 2009.

PAIN, S. **Os Fundamentos da Arteterapia**. Trad. Gisele Unti. Petrópolis, RJ: Vozes, 2009.

PAIN, S.; JARREAU, G. **Teoria e técnica da Arteterapia – a compreensão do sujeito**. Trad. Rosana Severino Di Leone. Porto Alegre, RS: Artmed Editora, 2001.

SILVEIRA, N. **O mundo das imagens**. São Paulo : Editora Ática, 2004.

_____. **Imagens do Inconsciente** - Com 271 ilustrações. Petrópolis, RJ: Editora Vozes, 2016.

UBAAT (União Brasileira das Associações de Arteterapia). **Arteterapia: conceito**. Disponível em: <<https://www.ubaatbrasil.com>>. Acesso em: 24 jun. 2023.

ZIMMERMANN, E. Apresentação da obra. *In*: ORMEZZANO, G. **Educação Estética, Imaginário e Arteterapia**. Rio de Janeiro: Wak Editora, 2009.

ESTUDO DE CASO

O abuso contrai, a ansiedade consome, a Arteterapia transborda

The abuse contracts, the anxiety consumes, the Art Therapy overflows

Andrea Fabiana Rosas¹

Resumo: O presente trabalho propõe a compreensão da arteterapia como ferramenta de suporte para vítimas de violência doméstica e/ou de relacionamentos abusivos ao lidar com as suas próprias emoções. O caminho percorrido aponta três (3) aspectos mais específicos à temática, a saber: identificar sentimentos, angústias e/ou aflições recorrentes no grupo de mulheres, compreender aspectos da arteterapia como aliada ao processo de recuperação de vítimas de violência doméstica e/ou relacionamento abusivo e auxiliar a lidar com suas próprias emoções. A metodologia que conduziu os encontros baseia-se no método Oficina Criativa®, de Cristina Dias Alessandrini. Os resultados encontrados indicam que a Arteterapia é uma ferramenta profunda e relevante e que pode contribuir para o processo de cura em mulheres vítimas de violência doméstica, principalmente relacionada ao transtorno de ansiedade e ao combate à insônia.

Palavras-chave: mulheres vítimas de violência doméstica; ansiedade; Arteterapia .

Abstract: The present paper aims to examine arts therapy as a tool to support victims of either domestic violence and/or abusive behaviors, when dealing with their own emotions. Recent experience using arts therapy points to a three-prone approach, namely: a) identifying recurring anguish and/or afflictions in the target group of women, b) understanding aspects of arts therapy as allies to the recovery process of victims of domestic violence and/or abusive relationships and c) helping victims to deal with their own emotions. The methodology used in the workshops was based on the Criativa® method, created by Cristina Dias Alessandrini. The findings indicate that arts therapy could be an effective and relevant therapeutic tool that could contribute to the healing process in women that are victims of domestic violence, particularly when dealing with anxiety and sleep disorders.

Keywords: women victims of domestic violence; anxiety; Arts Therapy.

Introdução

Este artigo apresenta um recorte do processo expressivo de um grupo de mulheres que sofreram ou ainda sofrem abuso seja de ordem física, seja patrimonial, moral, sexual, emocional ou seja de modo psicológico. Dados da Organização Mundial da Saúde (OMS)

¹ Faculdades Integradas de Patos. Arteterapeuta filiada à ASPOART/2263-10.

apontam que o Brasil é o país mais ansioso do mundo (2019) e um dos líderes em casos de depressão.

Quando o assunto é mulher, a pressão se intensifica. A mulher de hoje precisa assumir uma postura de multitarefas em tempo integral. Isto é, trabalha fora de casa e ainda é a responsável por cuidar da casa, dos filhos e pelo gerenciamento de todas as tarefas. No trabalho remunerado, ganha menos que homens exercendo a mesma posição ou função. Quando, em cargos de liderança, é interrompida 33% a mais por homens do que quando eles estão conversando com outros homens. Além disso, a sociedade impõe que as mulheres estejam sempre bem vestidas e em boa forma. Isso talvez acelere, não somente os sintomas de ansiedade, mas também uma série de transtornos alimentares, como um ciclo que se retroalimenta.

Infelizmente, a temática acerca da violência doméstica e dos relacionamentos abusivos, seja de ordem física ou emocional, pode provocar adoecimento mental. Por isso, a atenção deste artigo é às mulheres, pois elas vivem em estado de alerta potencializado por estresses diários. Com a necessidade de ficarmos em casa na pandemia, segundo a Confederação Nacional dos Municípios, esse índice subiu para 20% em casos de violência contra a mulher.

A partir dessas primeiras impressões, comecei a me interessar pelo tema e a investigar onde poderia realizar meu estágio, previsto no curso de Especialização em Arteterapia e que privilegiasse esse público. Além de ser um tema necessário, trouxe implicações pessoais que me fizeram refletir durante o processo.

Vida, Interrupções e Reencontro

Sou filha de artista plástica com renome internacional. Uma mulher narcisista, bela, bulímica e preocupada com o que o outro pensava sobre ela. Fui criada na base da alface. Nada de carboidratos ou doces. Cortavam meu cabelo curto, como a sociedade espera que seja o cabelo de um garoto e com as vestimentas dele. Isso porque a expectativa que se tinha era de que nascesse um menino. Nesses primeiros anos de vida, desenvolvi uma compulsão alimentar violenta: comia escondida no banheiro, guardava alimentos embaixo da cama, no guarda-roupa, comia muito de uma só vez, resultando em uma pré-diabetes. O cortisol, hormônio do estresse, sempre presente, provocando indícios de que nada mudaria sem tratar a causa, então iniciei a terapia junguiana aos 15 anos.

Na vida adulta, trabalhei trinta anos em grandes corporações com salários menores, argumentos interrompidos, apropriações masculinas de soluções que eu dava e eles negavam em primeira mão e depois repetiam exatamente o que eu havia dito. Dentro de casa, exerci o papel de pai e de mãe desde os 4 anos de minha filha, sendo responsável pelo sustento da casa e por nossa qualidade de vida. Ao mesmo tempo que cursei

faculdade, fiz pós-graduação também trabalhando. Senti a pressão de ter que ser perfeita. Mulher de sucesso. Sofri abusos de diversas ordens. Resultado: a ansiedade aumentou e o tratamento para outras doenças foi intensificado.

Em 1996, meu pai, até então o provedor de casa, faleceu de fibrose pulmonar. Foi o primeiro namorado de minha mãe. Por conta da ausência de meu pai e por não saber o que fazer, ela passou a gerenciar seus antidepressivos. Até que um dia, após um mal-estar, conseguimos levá-la ao hospital e se submeteu a uma cirurgia de emergência. Precisou reaprender a respirar, a falar, a andar e a realizar suas necessidades fisiológicas.

A minha relação com minha mãe sempre foi conturbada e distante, cheia de limites e silêncios. De promessas não cumpridas e de negação da minha feminilidade, sendo que, há pouco tempo, tomei consciência que ela abusava através do silêncio, de forma passivoagressiva, me ignorava, fingia indiferença, típico da personalidade narcisista. Porém, a doença trouxe a consciência da finitude, sentimos na pele a profunda dor da iminência do fim e fomos honrar nossa real conexão. Somente em 2008 me senti amada e pude amar minha mãe. Após um ano de fisioterapia, de fonoaudiologia, de exames, de cuidadoras de plantão, ela voltou a andar, a falar. Minha mãe renasceu! Era uma mulher humilde, grata e mais próxima a mim.

Em uma tarde de chuva, pedi para ela me ensinar a pintar. Mesmo sem força, com a coordenação motora fina comprometida, mãos trêmulas, começamos a pintar mandalas de madeira, livrinhos coloridos, pássaro etc. Fizemos desse momento nosso ritual semanal. Nesse lugar, senti abrir um profundo canal de escuta com minha mãe, passei a ouvir as histórias e a me encantar com os detalhes de sua infância. As tardes se tornaram arte com contação de histórias. Ouvimos, falamos, tomamos chás, rimos, contamos segredos, comemos bolo. Foi nesse lugar, sem saber que existia uma formação específica, que comecei a entender a arte, como terapia ativa e efetiva. A nossa relação se curou por meio do amor, do cuidado, do acolhimento e da Arteterapia.

Doze anos se passaram antes dela morrer. Pintamos todos os meses. Nos conhecemos, acolhemos e escutamos uma à outra. Nos aceitamos como éramos. Selamos o laço que une mãe e filha. A arte mudou as nossas vidas. Percorri novamente esse caminho para justificar minhas escolhas atuais, assim conhecemos os obstáculos e principalmente os atalhos de acesso às emoções a partir de nossas próprias experiências, assim talvez seja possível compreendermos as emoções e as situações do outro.

Diante disso, definimos a seguinte questão da investigação: Como mulheres vítimas de violência ou de relacionamentos abusivos enfrentam suas emoções? O objetivo geral do estudo foi compreender as emoções de mulheres vítimas de violência ou de relacionamento abusivo durante o processo expressivo vivido em grupo no espaço LEAN – Lar Espírita Alvorada Nova, na ONG AMPAR – Associação de Amparo às Mulheres, localizada no centro

de Parnamirim, no Rio Grande do Norte. Os objetivos específicos foram organizados dessa forma: identificar mulheres vítimas de violência ou relacionamento abusivo interessadas em participar de encontros arteterapêuticos; para isso, foram realizados encontros semanais de duas horas de duração por 12 semanas; identificar sentimentos, angústias e/ou aflições recorrentes no grupo de mulheres.

No tocante aos estudos publicados, Marlene do Nascimento Santos em seu artigo “A Arteterapia na integração de vítimas de violência doméstica”, publicado em dezembro de 2021, trouxe Hirigiyen (2006, p. 183), pesquisa realizada também com mulheres vítimas de violência. O artigo aponta que é fundamental que o profissional faça uma escuta ativa: “É preciso ajudá-las a verbalizar, a compreender sua experiência e, então, levá-las a criticar essa experiência”. A partir da compreensão e da ampliação da consciência de suas experiências, a mulher conseguirá se proteger da violência, bem como resgatar sua identidade. Quanto aos recursos artísticos, Krammer (1982, p. 27) afirma que a criação artística é em si mesma terapêutica, porque contribui para o equilíbrio emocional psíquico e fortalece o ego, mediante a resolução dos problemas encontrados. A arte possibilita maior liberdade na expressão de suas emoções, cria oportunidades que levam essas vítimas aceitarem com mais maturidade as situações desfavoráveis, ajudando-as a se adaptar melhor às mudanças no seu dia a dia, diminuindo as situações de estresse e estabelecendo o equilíbrio emocional, possibilitando uma forma de renda para o auxílio da sua dependência financeira. Isto posto, se torna um tema relevante para o campo de conhecimento da Arteterapia e para disseminar práticas em grupos de risco.

Método

A AMPAR é voltada ao atendimento de mulheres que foram ou ainda são vítimas de violência doméstica e/ou de relacionamentos abusivos. Na ocasião da visita, disponibilizamos seis (6) vagas; ~~no entanto, a procura foi ainda maior.~~ Então, resolvemos ampliar o número de participantes e atender dez (10) mulheres.

Os encontros foram semanais às quartas-feiras, com duração de 2h durante três (3) meses. O grupo de mulheres era heterogêneo, com idade de 34 a 56 anos, formado por uma enfermeira, uma professora, uma massoterapeuta, uma diarista, uma atriz, uma confeitadeira, uma estudante e três donas de casa. O primeiro encontro foi marcado por curiosidade e expectativas diversas de um grupo que acaba de se conhecer. Uma característica marcante nesse dia foi o modo de se vestir de todas elas: *shorts* ou bermudas, blusa, cabelos presos e com a marcha lenta.

O método utilizado foi o da Oficina Criativa®, criado por Cristina Dias Alessandrini, contendo as seguintes etapas: Aquecimento, Sensibilização, Expressão, Verbalização e Palavra de fechamento (avaliação).

A sensibilização tem como objetivo desencadear contato com o seu mundo interno, estado interno de relaxamento. Na expressão livre o arteterapeuta utiliza e disponibiliza “materiais artísticos variados” (papéis de vários tamanhos, lápis de cor, giz de cera, canetinha, pincel, guache, aquarela, massa de modelar, revistas, tesoura, cola, lã, argila, coadores de café). Nessa etapa, seus conteúdos internos são mobilizados por meio de imagens, de sentimentos ou de símbolos. A transposição da linguagem diz respeito a uma nova linguagem que o cliente pode se apropriar para acionar um movimento de descontinuidade; nessa ação, o cliente redimensiona o processo vivido. Por fim, a avaliação que permite “a recomposição das etapas processuais”, de modo que a aprendizagem se torne consciente.

O planejamento semanal favoreceu pensar as temáticas conforme a necessidade e a demanda das clientes. Após os encontros, os onze temas foram organizados, já que o primeiro momento foi de apresentação da proposta de encontros. Em destaque, os temas que selecionamos para discussão: Confiança mútua e Autoconfiança; Encontro com minha verdade; Autoestima; Autopercepção; Vivendo o Aqui e Agora; Linha do tempo; Aterramento (três encontros com argila); Despertar sensorial e Conscientização.

Desenvolvimento

Esta seção apresenta os resultados e a discussão de cinco encontros. Selecionei os temas dos encontros que fizeram sentido e que ao mesmo tempo foram encontros desafiadores para mim como Arteterapeuta em formação, são eles: Autoconfiança e Confiança mútua, Autoestima, Linha do tempo, Aterramento e o Despertar sensorial. Optei por escolher uma única mulher das dez mulheres que participaram dos encontros para ter a oportunidade de me aprofundar mais na discussão de seu processo.

Escolhi a E.B., uma mulher de 52 anos, atriz e designer de sobancelhas, atualmente se dedica somente a cuidar da casa. Mora com o pai e uma irmã autista. Perdeu a mãe recentemente e tudo que imaginou que aconteceria neste momento foi completamente ao contrário. Como passou a vida toda cuidando dos pais e da irmã, acreditou que quando um deles partisse, ela teria a herança para poder estudar, viajar e principalmente contratar uma cuidadora para sua família, já que o pai é idoso e a irmã autista e sempre estiveram sob seus cuidados, os irmãos não visitavam, com raras exceções. Em vez disso, com a partida da mãe, está sendo processada pelos irmãos e pelo pai, acusada de roubar os pertences da família e de agredir o pai fisicamente. Segundo ela, a situação é exatamente o oposto, cada vez que os irmãos visitam a casa (que, depois da morte da mãe, virou uma constante) levam algo que deveria ser colocado na partilha e o pai sempre a agrediu física e emocionalmente tornando sua vida um caos. Tem medo de ficar louca, pois já está sentindo uma confusão

mental com tantas informações simultâneas e paradoxais em relação à vida que tinha com a mãe viva.

No dia da apresentação de todas, ela estava muito agitada, com respiração curta e apresentando um tique nervoso (piscando várias vezes o olho esquerdo), disse estar extremamente ansiosa (fala dita roendo as unhas e mostrando a outra mão machucada).

Começamos o primeiro encontro formal, com o tema Confiança. Escolhi este tema para o início da jornada, pois era de extrema importância que o grupo começasse a se conectar com a sororidade e a confiança mútua/autoconfiança para criar um ambiente propício para depoimentos e reflexões. Chamamos a vivência de “Cuidar e ser cuidado: estabelecendo relações de confiança”. Usamos os seguintes materiais: revistas, cola, lápis de cor, canetinhas e giz de cera com *playlist* contendo músicas de frequência mais suave. Todos os encontros começavam com os materiais expostos com a intenção de fazer a dinâmica e sem tempo para pensar, poder expressar no papel o que sentiram. Iniciamos com um minuto de silêncio, para trazer para o aqui e agora. Segui com uma meditação guiada, conduzindo-as para entrar em contato consigo mesmo, voltando a atenção para a respiração e membros do corpo e, em seguida, se conectar com a necessidade do ser humano de cuidar e ser cuidado, de ter alguém em que possa confiar, compartilhar sonhos, desejos, aflições, do quanto sentimos falta de apoio em determinados momentos na vida, de poder contar com um ombro amigo, para rir ou chorar.

Em seguida, fizemos uma dinâmica em que cada uma escolheu uma dupla. Uma pessoa ficou vendada e a outra teve que conduzi-la, para experimentar a confiança e depois trocaram a parceira. Ao sinal, pararam para expressar no papel suas emoções. Foi um dia interessante, já que a maioria preferiu ser conduzida, acharam muita responsabilidade conduzir. Relatos de falta de autoconfiança, muita autocrítica, dificuldade de relaxar, ansiedade, medo de errar, insônia, dificuldade de externar sentimentos e de falar. Falou E.B: “só de pensar em ter que falar nos encontros, me causava um estresse absurdo, aliado a uma profunda angústia e vontade de chorar”.

Apesar disso tudo, os depoimentos e as verbalizações das expressões das mulheres trouxeram vida às imagens, relacionando-as com a realidade que cada uma estava vivendo. Ao final dos encontros tomávamos um café com bolo para finalizarmos de uma forma relaxada, dedicando este momento à escuta e ao acolhimento.

Neste dia, E.B comentou que chegou muito ansiosa e ao mesmo tempo estava se sentindo muito feliz por ter conseguido resolver seus problemas pessoais. Informou que ultimamente passou a se sentir injustiçada e ao mesmo tempo percebeu que a verdade estava vindo à tona e que ela era mais forte do que pensava, que precisava se defender sozinha e que apesar de ter dificuldade em confiar, gostou mais de ser conduzida.

Relatou que fez um desenho colorido que representa a sua liberdade e a esperança que começa a sentir, pois estava se sentindo ameaçada e com a possibilidade de ser presa, se sentindo diminuída, inapetente. Agora se sente melhor, tomando conta de sua vida, tentando voltar a ser o que era e até melhor. Com uma única palavra traduziu seu sentimento quando terminou o primeiro encontro: alívio.



Figura 1. Arco Íris.

Observando a expressão, penso no arco-íris como um fenômeno óptico e meteorológico que ocorre quando há chuva seguida de iluminação solar. No meu ponto de vista, esta definição pode ser bem simbólica neste caso, já que está sofrendo com a família, mas ao mesmo tempo acaba de conseguir uma advogada para defendê-la no tribunal, sem custo, podendo simbolizar o retorno da luz.

Das cores típicas do arco íris, faltou o laranja – o sol, a energia masculina. Ele saiu do lado direito inferior (inconsciente), para o lado esquerdo superior (consciência). Observando o quadrante, parte das sensações para o pensamento (racional), energia masculina. Sendo que acaba de se conscientizar de quem são de fato seus irmãos, já que só mostraram o lado ganancioso, após a morte da própria mãe.

Na parte inferior (inconsciente), esse verde parece uma floresta que segundo Mambert, “pode representar o eu inconsciente primitivo” (FOSTER, 1997, p. 207). Se tratando de E.B., isso pode representar o fato dela temer perder a saúde mental por estar vivendo algo que nunca pensou ser possível, ela verbalizou que tem medo de ficar doida.

O próximo encontro, considero importante ressaltar, foi sobre Autoestima (3º Encontro). Os materiais foram escolhidos por terem sido utilizados por todas elas em algum

momento da vida, não gerando distanciamento (lápiz de cor, canetinhas e giz de cera, revistas e cola, além de uma lista de reprodução com músicas tranquilas). Após o usual minuto de silêncio, foi organizada uma roda para que elas conseguissem mexer o corpo ao som da música. Em seguida, foi proposta uma meditação guiada, conduzindo-as para entrar em contato com elas mesmas. Trazendo a atenção para a respiração e o contato com o presente. Solicitamos que imaginassem um portal, fossem abrindo-o e, ao entrar, sentissem que é um espaço de cura, se liberando do julgamento, rejeição, cobranças. Ir se preenchendo de amor e aceitação, enquanto repetindo internamente: “eu me amo, eu me aceito, me perdo”. Com o material em cima da mesa, elas foram convidadas a expressar o que sentiram durante a “dança” e a meditação.

Este encontro foi bem mais intenso do que os dois primeiros, a maioria dos relatos abordou ansiedade, raiva, apareceu claramente o complexo materno, paterno, a falta de autoestima. As mulheres estavam pintando riscos frenéticos. E.B. chegou visivelmente agitada, com um olhar disperso, desconexa em sua fala, inquieta e cheia de tiques (neste dia piscavam os dois olhos). Pintou com tanta intensidade que quebrou o giz de cera.

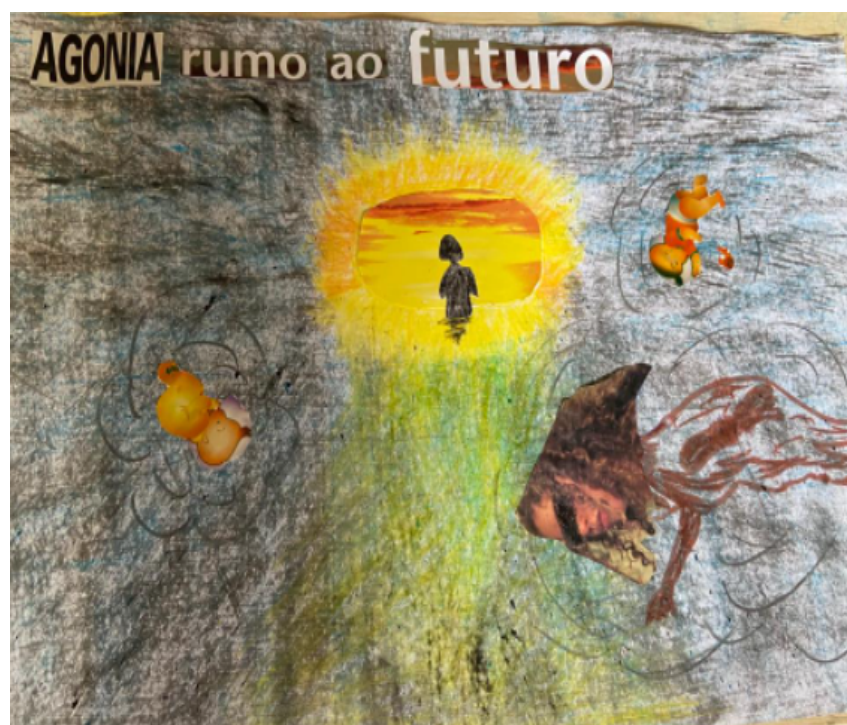


Figura 2. Futuro incerto.

Nesse encontro, E.B. iniciou dizendo que nesse dia particularmente, estava se sentindo muito agitada. Falou que sua expressão compreende o universo. Que a moça da luz era a mãe, que estava preocupada com o futuro dela e vice-versa. Porque ela achava que a mãe estava sofrendo, não conseguia partir em paz, preocupada com ela. À esquerda,

E.B falou que desenhou ela flutuando, com os pés fora do chão, em um lugar negro. Sempre que se vê perto da mãe, ela se enxerga como criança. Ela e a mãe estavam agoniadas, querendo ficar bem, mas no momento não tinham como ficar bem (começou chorar). Falou que os irmãos estavam acusando-a de querer pegar as coisas da família e sentia que eles estavam roubando. Sempre iam na casa dela e pegavam algo. Disse que a família era porca e relatou estar sendo acusada de querer matar o pai e na realidade, segundo ela, o pai que batia nela. Mas, que embora o pai esteja iludido, ele estava sendo roubado pela família. Procurou uma advogada, pois temia ser presa. Completou que sentia que as coisas estavam mudando para melhor, porque ela queria ficar bem, aproveitar o que lhe restava e ser feliz. Fazer seus cursos, aproveitar a vida. A palavra que escolheu para fechar este encontro foi paz, disse que sentia muito conforto em se expressar através da arte (já que é atriz).

A primeira coisa que me chamou atenção foi a frase “Agonia rumo ao futuro” sugerindo um sentimento de angústia, sofrimento ou aflição (f- uturo - útero) mãe, criança. Uma imagem masculina pequena próxima ao centro, se encaminhando para o início da energia: como se fosse fazer simbiose com a mãe (duas em uma); sombras. O bebê do lado esquerdo, parece um par de seios: seios/mulher (anima) sugerindo a forte representação da sua mãe no seu passado, já que elas tinham uma relação maravilhosa de amor, proteção e cuidado. Hoje no presente (lado direito), após a morte da sua mãe, está perdida, de olhos vendados, não visualiza o que está acontecendo no inconsciente. Enquanto isso, a energia instintiva emerge para a consciência. Ela está de costas para a criança que tem duas imagens (rostos) como pano de fundo – uma maior, que parece uma mulher, e outra menor, que parece o louco do tarô (o Louco carrega todo o potencial de um novo capítulo que está iniciando: ele não sabe o que virá pela frente, mesmo assim, está pronto para explorar, aprender e crescer). O véu: cobrir a cabeça, o rosto; o véu já foi um símbolo da virgindade da noiva e o ato de descobrir o rosto, na cerimônia, significava a consumação sexual do casamento (*animus* e *anima*, provavelmente). Do lado esquerdo também tem um rosto olhando para as imagens à frente. O bebê envolto na escuridão, nas sombras, complexos, *anima* e *animus*; parece que está sem identidade. Pode ter sofrido agressões paternas.

No final deste dia, ela estava visivelmente mais calma, quis falar, dividir, contou detalhes de sua história, verbalizando novamente que chegou muito ansiosa e que estava se sentindo bem melhor, como se tivesse voltado a respirar. Ao término do processo a palavra predominante foi: paz.

Outro encontro que teve resultados expressivos no todo e especificamente no caso de E.B. foi linha do tempo: tecendo a nossa jornada (7º Encontro). As cores escolhidas pelas participantes deveriam representar a infância (centro), a adolescência (meio) e a fase adulta (externo). Os materiais utilizados foram fios de lã e palitos de churrasco. Após o usual minuto de silêncio colocamos a música “Zorba o Grego” e convidamos para fazer uma roda

e mexer o corpo de forma livre com lenços, no momento do aquecimento. A expressão do dia era tecer seu móbil, escolhendo, de forma instintiva (sem pensar muito) quatro cores: a primeira (centro do móbil) para a infância, depois adolescência, tempos atuais e se assim desejassem do futuro. Fizeram suas colocações e palavras de fechamento. Esse encontro foi muito intenso, pois ao ativar a linha do tempo, começaram a vir as lembranças de infância e adolescência à tona. No momento da verbalização surgiram confissões profundas, falaram dos tempos de abuso, da forma que se sentiram. A cada volta tecendo, a angústia apertava, uma delas ao tecer a parte da adolescência quebrou o palito de tanta força e raiva, na hora da verbalização falou de todas as fases, menos da adolescência.



Figura 3. A linha do tempo.

Por outro lado, essa oficina trouxe consciência e ressignificação das etapas vividas. Dessa vez decidi transcrever o que E.B. disse, preservei as palavras dela, pois esse encontro foi um ponto alto e significativo de seu processo. Chamou-me a atenção o simbolismo das correlações:

O centro vermelho simboliza a minha infância, lembro que eu tinha um sapato vermelho, quando vejo uma mulher com sapato dessa cor tenho vontade de morder. Aí, na infância, esse vermelho eu via na maçã, na roupinha que minha mãe me deu. Eu tive uma infância muito pobre, a cor deveria ser bege. Mas eu não enxergava a minha vida assim. Na adolescência, o lilás, porque eu era muito sensível, meio sobrenatural, eu via muita coisa, a luz lilás me atraía, eu tinha visões, coisas que eu sentia que faziam até a energia da casa acabar, quando eu estava conectada, meio poltergeist. A adolescência foi difícil, muito difícil. Na fase adulta me vejo mais atraída

pela natureza, é um verde mais maduro, mais fechado. Tem a questão da esperança e da saúde (principalmente a mental). A cor verde me faz bem, remete saúde e bem-estar. No conto, eu seria a Rapunzel, porque fiquei muito tempo presa na torre, esperando o príncipe. Vários vieram, mas não me buscaram de vez, subiram na torre e desceram. Mas ainda espero. A minha situação não me permite ir com nenhum deles. Mas quero descer da torre com ou sem príncipe. Ainda estou na torre! Tem muita coisa me prendendo! Preciso viver melhor na torre para depois sair.

O depoimento de E.B me trouxe um paralelo com o conto “Os sapatinhos vermelhos”, de Clarissa Pinkola Estés, presente no livro *Mulheres correm com lobos*. O conto traz a história de uma menina que desejava ter uns sapatinhos vermelhos e acabou sendo aprisionada por eles, que a obrigavam dançar sem parar. Na exaustão decidiu amputar os pés para deixar de dançar, já que não conseguia tirar os sapatos. Quando traço um paralelo com a vida de E.B., vejo o futuro dela, como os sapatinhos vermelhos, sempre pensando e sonhando com o que faria quando não estivesse cuidando de seus pais e sua irmã. Se via estudando e viajando pela América Latina. Colocou sua vida no futuro, suportando o que o presente lhe trazia, porque seus pais eram idosos e não faltava tanto para ela conseguir voar. Quando o futuro chegou, se vê novamente aprisionada por ele, com risco de ser presa pelas acusações feitas pelos irmãos, sempre presa no futuro, o que pode ser a causa da ansiedade que ela sente. Conforme afirma Clarissa, “a perda dos sapatos vermelhos feitos à mão representa a perda da vitalidade passional e da vida que a própria mulher projetou para si” (ESTÉS, 1999, p. 276). Ainda na mesma página Clarissa Pinkola Estés “aliadas à adoção de uma vida domesticada em excesso. Isso acaba levando à perda da percepção aguçada, quem induz aos excessos, à perda do pé, a plataforma sobre a qual pousamos, nossa base, um aspecto profundo da nossa natureza instintual que sustenta a nossa liberdade” (ESTÉS, 1999, p. 276). E.B. calou-se para sobreviver, se voltou para dentro, reflexo de uma vida domesticada, foi ao excesso, perdeu a base de sustentação que está suspensa em posse legal dos irmãos. Deixaram-na sem sustento.

A coesão entre os paralelos fertilizou meu entendimento do que seria a essência do que ela está vivendo. Por outro lado, quando ela menciona que ainda estava presa na torre e que precisa viver melhor lá para seguir adiante, me remeteu novamente ao conto supracitado, os sapatinhos vermelhos voltando a paralisar.

Compartilhando o andamento dos encontros com as mulheres e o caso de E.B com a supervisão, chegamos ao entendimento que era o momento de aterrar, de trabalhar o elemento terra. Para isso, foram sugeridos três encontros utilizando como material a argila. Descrevemos detalhes do primeiro deles: iniciamos com o usual minuto de silêncio e na sequência fizemos um aquecimento, movimentando o corpo, batendo os pés no chão,

chacoalhando os braços, as pernas, sem preocupação estética, só mexendo.

Após esse momento, as participantes foram convidadas a escolher um pedaço de argila, com o qual foram feitas algumas dinâmicas. Primeiramente, convidamos todas para se sentar e começamos uma vivência sensorial, sentindo a argila, amassando até desgrudar da mão, sentindo o cheiro e a temperatura.

Na sequência, todas foram convidadas a ficar em pé e formar um círculo, inspirando, soltando a massa, e expirando, apertando a massa, todas com as mãos para frente e quem se sentisse à vontade, poderia fechar os olhos. Após repetir por três vezes essa atividade, foram feitas mais três sequências com um novo formato. Na inspiração, levantamos a mão sem pressão na massa e na expiração, jogamos a massa com força no chão e soltamos a voz. Ainda em círculo, ao ver que umas tinham muita argila e outras pouca, elas foram convidadas a escolher uma colega e dividir a massa de forma que não ficasse “pesado” para nenhuma das duas. Feito isto, elas fizeram uma bolinha e arremessaram para uma colega escolhida, do outro lado do círculo, de uma forma gentil de modo que a outra pessoa conseguisse pegar com cuidado. Mudamos o formato e ficamos em duas fileiras, cinco de cada lado, uma em frente à outra. Cada uma mexeu a massa com uma mão e depois com as duas mãos, solicitamos para pensar em um sentimento que elas queriam eliminar, pedimos para amassar a massa e depois jogá-la no chão. Na sequência, elas fizeram um presente para a colega da frente, com o objetivo de fazer uma troca entre elas. Logo depois o presente dado foi amassado, olhando no olho de quem deu, voltamos à mesa e cada uma fez uma expressão diferente.

Esse encontro foi muito intenso, 70% das mulheres falaram sobre o abuso sofrido e a metade se emocionou durante a verbalização. Enquanto profissional fiquei absolutamente surpresa pela explosão de emoções neste dia, embora a minha experiência em sala com argila tenha sido de muita emoção, dor e no final um grande alívio.



Figura 4. A lágrima.

E.B. diz que a lágrima representa seus sentimentos, muitas coisas que passou e coisas que está passando, às vezes quando está sozinha chora. Não sentiu nenhuma angústia quando amassaram sua argila. Jogou a argila no chão com desprezo, porque acha que tem gente que subestima a sua inteligência; ela respeita, mas despreza. Falou do pai que a humilha, que a despreza, representando a lágrima também e finalizou sua fala com a palavra: sentimentos. O contato com a argila foi amigável, não ficou com nojo. Nesse encontro, chegou em cima da hora bem agitada, mas logo começou a interagir com as colegas. Na primeira metade da oficina, transitou entre a raiva e a vontade de chorar, chegou a fechar os olhos enquanto manipulava sua obra. No decorrer do encontro, foi se acalmando e manuseando sua peça com delicadeza. Se observarmos a peça com atenção, no centro, parece estar escondido um feto, sugerindo complexo materno. A dependência emocional com a mãe é evidente, já que por muitas vezes foi verbalizado. Quando viramos a “gota” de cabeça para baixo, a imagem sugere o feto já em posição de nascimento. Assim, algumas questões surgiram: Será que esse bebê está pronto para nascer? Por que estaria encaixado se o seu corpo ainda não está finalizado? Será que podemos sugerir que ela quer renascer (como supracitado em outro desenho), mas não se sente pronta?

Para finalizar, escolhemos o penúltimo encontro em que trabalhamos o campo sensorial, decidimos disponibilizar todos os materiais utilizados até agora: lápis de cor, giz de cera, guache, revista, tesoura, cola, palito de churrasco, argila, óleos essenciais, massa de modelar e lã para a sensibilização. Fizemos o aquecimento com o jogo do bastão, ativando o trabalho de equipe, a consciência do todo, a empatia no deixar o bastão em pé para que a outra pessoa pudesse pegá-lo antes de cair, em sororidade fazendo com que as mulheres se percebessem e colaborassem entre si. Propomos fechar os olhos e observar a respiração. A sensibilização neste dia foi sensorial, ativando a escuta e principalmente o olfato.

Com os olhos vendados (duas mulheres tinham dificuldade em ficar vendadas, pelo medo de escuro proveniente do abuso sofrido ter acontecido neste formato, sugerimos o olhar fixo em alguma coisa por perto, para irem fechando os olhos até deixarem uma fenda de luz, sem necessariamente enxergar). Levantamos as questões a seguir lendo este texto para elas: Vocês já se perguntaram o que é a realidade? O que existe e consideramos real? É o que chega até nós através dos sentidos: visão, audição, olfato, paladar e tato. São eles que nos permitem ver tudo que nos rodeia, a ouvir todos os barulhos, sons de música, de um canto do pássaro, sentir o sabor dos alimentos dos líquidos, do doce e amargo etc., o contato com as pessoas, objetos, tudo que existe, com o tato. Captamos e sentimos todo o universo através desses cinco órgãos.

A visão predomina sobre os demais órgãos sensoriais. Vamos observar os sentidos da audição, do olfato, do paladar e do tato. Vamos ouvir ou sentir os sons do exterior, (observar qual o som e conduzir para o grupo para ouvir - pode ser uma buzina, uma voz etc.). Em seguida, vamos tentar ouvir ou sentir os sons interiores, como o som das batidas do coração. Aproveitem o momento para perceber os diferentes estímulos: sentir o gosto da saliva, sentir os odores do ambiente, sentir o ar entrando e saindo pelas narinas. Percebam que vocês estão experimentando sensações corporais e essas sensações levam ao sentir, aos sentimentos. Às vezes, quando estamos com os olhos abertos, não prestamos atenção. Mas tudo que captamos através dos órgãos dos sentidos ficam na nossa memória, e os sentidos se comunicam sempre; tudo em nosso corpo está em constante comunicação, cada órgão ajuda os demais no funcionamento do corpo, do cabelo até a planta dos pés.

Observando as sensações, temos consciência do momento presente e essa consciência pode nos dar uma visão diferente da realidade (aqui começamos a apresentar os aromas). Vamos agora experimentar o sentido do olfato: o olfato é o sentido muito importante para nossa sobrevivência, o odor nos alerta sobre o perigo de uma comida estragada, por exemplo. O olfato tem uma tendência maior que os outros sentidos a evocar emoções e memórias. Todos temos uma história de vida e temos nossas memórias, algumas boas e outras pouco agradáveis, mas são nossas memórias e com afetividade podemos acolhê-las, pois fizeram parte do que somos hoje e, quando acolhemos com amor essas memórias, podemos transformá-las.

Na sequência, elas foram convidadas a permanecer de olhos fechados e utilizando o olfato, esse precioso órgão, aproximamos do nariz de algumas mulheres aromas que podem despertar lembranças agradáveis ou não. Porém, podemos acolher todas as memórias ou lembranças, pois elas foram importantes para o nosso crescimento, aceitando e amando essas memórias, podemos perceber como elas podem nos ensinar, mesmo depois de passado muito tempo. Precisamos nos amar com tudo que temos em nós e caso não gostemos de alguma coisa, podemos transformar, transformar sempre, sejam nossos pensamentos, nossas ações, nossas reações, nossa comunicação, qualquer coisa. Temos a criatividade para nos inventar e nos reinventar.

Pedimos para representar a vivência, qualquer coisa que vier à mente, mesmo que não estejam relacionadas com o que experienciaram. Além disso, falaram um pouco sobre como foi passar por essa experiência e qual relação pode ser feita com a expressão. Finalizamos esse momento, perguntando uma palavra que representasse a vivência e que escolhesse o material que desejasse para se expressar livremente. Na transposição de linguagem, levantamos algumas questões: Os aromas trouxeram lembranças? Como se sentiram ao sentir esses aromas? Quais os momentos que vieram à tona? Qual é a sensação de retomar esses momentos? Comente sobre a escolha do material e expressão.

Nesse encontro aconteceu algo bem curioso. Foram passadas várias essências como alfazema, lavanda, gerânio, limão e ervas frescas retiradas da horta (manjerição, alecrim, capim cidreira), todos com um aroma muito característico. A metade das mulheres que participaram dos encontros identificaram um forte aroma de arruda e, entre uns dos depoimentos, o testemunho de E.B. falava da avó que era benzedeira e a benzia com arruda.

Senti uma viagem no tempo, ouvi o galo cantando, as folhas das árvores. Sempre que fechava os olhos quando criança via bolinhas coloridas, hoje vi, mas já não são mais coloridas. Na hora da sensibilização e na passagem dos aromas, senti um forte aroma de arruda e lembrei da minha avó paterna que era mãe de santo e benzia os netos. Depoimento de E.B.

Por outro lado, era um dia muito estressante para E.B. pois tinha audiência logo após nosso encontro. Veja o relato a seguir.

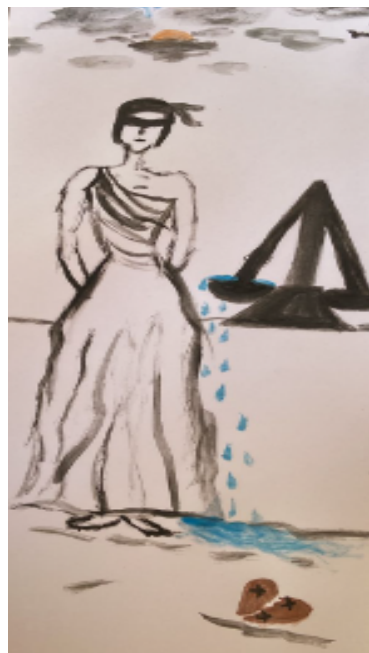


Figura 5. A justiça é cega.

Hoje tenho audiência para tratar as questões patrimoniais da família. O meu desenho tem a ver com o dia de hoje, a justiça é cega. As lágrimas que transbordam da balança injusta são minhas, assim como meu coração partido com alguns curativos. A minha mãe é a estrela azul no céu, o sol está querendo nascer entre as nuvens. A minha irmã e eu somos representadas pelos pássaros que clamam por liberdade. As lágrimas jorram de um lado só, porque o outro lado da balança está cheio de outras coisas. Mas transborda de choro, porque a justiça é cega e não me conhece e nem a minha família. Ela (a justiça) não sabe se é falada a verdade.

Nesse dia, E.B. estava muito tensa. Pintou a sua expressão de preto, contou que estava se sentindo derrotada mesmo antes de ir. Notei que as lágrimas saíram debaixo do vestido, como se escorressem de lá dentro (sinalizando o abuso sofrido talvez?). Na saia vejo o vulto da mãe e do pai. Apesar do céu estar preto, ainda temos o sol, com sua energia masculina de transformação e a estrela colorindo o céu. O coração parece um fígado. Será que tem casos de alcoolismo na família? Sei que tem violência física e abuso. Ficamos intrigadas e ao mesmo tempo ela manifesta vontade de continuar tendo sessões comigo após o término da supervisão. Apesar de estar tensa com o maxilar travado, ao sair se mostrou mais concentrada, focada, de cabeça erguida e ombros abertos. Empoderada. Ela me abraçou apertado e agradeceu.

No último encontro, E.B. mostrou uma postura muito diferente em relação aos encontros anteriores, pedi licença para poder fotografar para materializar a mudança que se apresentava através da sua imagem e do seu depoimento.

Quando cheguei pela primeira vez, estava cansada, massacrada, acabada, muito triste por dentro e fora, precisando explodir, para não implodir! Cheguei muito machucada e acreditando que a arte é curativa já que vivenciei isto no teatro. Fui mudando durante o processo, crescendo, me fortalecendo, lembrando de detalhes da infância que não lembrava mais e que inclusive são importantes para o processo atual, vão me servir de argumento no tribunal. Me reencontrei, estou me redescobrando, reconquistando coisas, me sinto mais corajosa, mais calma, durmo melhor e me sinto mais concentrada, com mais foco. Fazia muito tempo que não me sentia em paz.

Considerações finais

As experiências com a Arteterapia, o acolhimento, a criação de um ambiente de confiança mútua e a escuta ativa dessas mulheres possibilitaram o caminho para a auto expressão e a comunicação. Além disso, também permitiu que sentimentos transbordassem, manifestando processos difíceis de verbalizar, aumentando o foco, elevando a autoestima, resgatando a feminilidade e a alegria de viver.

Tanto na minha jornada pessoal, como durante a supervisão, vivi o potencial do recurso na sua origem primitiva sensorial e me conscientizei do seu poder transformador. Minha experiência como arteterapeuta em formação é que a Arteterapia enquanto área de conhecimento é espaço de emoções, de expressão e de mobilização de sentimentos a partir da relação estabelecida com o material escolhido. Parece que os problemas se dissipam e se intensificam à medida que os reconhecemos. Isso favorece a oportunidade de olhá-los

por outra ótica, mudar a perspectiva. Assim como as cores e a infinidade de materiais, temos diversas maneiras de olhar para as coisas. Entendemos que o passado não é suscetível às mudanças, mas pode ser ressignificado. Somos, portanto, mais conscientes, transformando energia estática em energia em movimento. Deixando nosso potencial criativo livre e aberto, de modo que o inconsciente se apresente por meio de desenhos ou da materialização de outras formas de expressão. A interpretação parece muito com a análise de nossos sonhos, nos quais Jung via a riqueza do inconsciente.

Em relação às mulheres que participaram dos encontros, todas disseram se sentir menos ansiosas, com foco de concentração, com o entendimento da importância de ter um momento para si, com a necessidade de se cuidar e aliviadas ao poderem falar sobre coisas que não compartilhavam com ninguém. O grupo foi transformador, relataram estar orgulhosas de si próprias por se priorizarem. No começo da jornada, essas mulheres tinham outra postura e ao longo dos três meses o autoconceito e a autoconfiança trouxeram para elas uma nova postura no mundo, foi onde os depoimentos de E.B. fizeram todo sentido.

Data de recebimento: 06.02.2023

Data primeiro aceite: 14.03.2023

Data segundo aceite: 01.04.2023

Referências Bibliográficas

ACHUTTI, C. Cobrança social por padrões estéticos pode gerar distúrbios psicológicos e alimentares. **Jovem Pan**, 2021. Disponível em:

<<https://jovempan.com.br/programas/jornal-da-manha/cobranca-social-por-padroes-esteticos-pode-gerar-disturbios-psicologicos-e-alimentares.html>>. Acesso em: 24 jun. 2023.

ADAMES, Y. Como a violência verbal afeta as mulheres no trabalho. **Revista Você S/A**, 2017. Disponível em:

<<https://vocesa.abril.com.br/geral/como-a-violencia-verbal-afeta-as-mulheres-no-trabalho/>>. Acesso em: 24 jun. 2023.

CHEVALIER, J. G. **Dicionário de símbolos**: Arco Íris. Rio de Janeiro: José Olympio, 2009. p. 77.

ESTÉS, Cl. P. A preservação do Self: A identificação de armadilhas, arapucas e iscas envenenadas: Os sapatinhos vermelhos. *In*: **Mulheres que correm com Lobos**. 2. ed. Rio de Janeiro:Rocco, 1999. p. 271-275.

FURTH, G. M. **O Mundo secreto dos desenhos**: uma abordagem junguiana de cura pela arte. São Paulo: Paulus, 2004.

GOUVEIA, A. P. **Sol da Terra**: o uso do barro em psicoterapia. 2. ed. Rio de Janeiro: Summus, 2019.

MAMBERT, F. **Viagem ao inconsciente**. São Paulo: Círculo do livro, 1991. p. 207.

HOSPITAL Santa Mônica. **Ansiedade**: o que é, quais são as causas e principais consequências? Disponível em: <<https://hospitalsantamonica.com.br/ansiedade-o-que-e-quais-sao-as-causas-e-principais-consequencias/>>. Acesso em: 24 jun. 2023.

PHILIPPINI, A. **Linguagens e materiais expressivos em Arteterapia**: uso, indicação e propriedades. Rio de Janeiro: Wak, 2018.

REIF, L. Macho palestrinha: Entenda o que é mansplaining e manterrupting. **Revista Azmina**, 2019. Disponível em: <<https://Azmina.Com.Br/Reportagens/Mansplaining-e-Manterrupting-O-Que-e-e-de-Onde-Vem-Os-Termos/>>. Acesso em: 24 jun. 2023.

RESUMOS DE OBRAS

ENTRE: Materialidades e Afetos

Prof^a Dra. Tatiana Fecchio¹

Este livro é resultado de uma investigação conjunta sobre as materialidades no campo da arteterapia.

A materialidade dentro dos processos elaborativos presentifica dinâmicas que podem ser observadas e interpretadas. A relação criadora e transformadora com a materialidade (nunca na materialidade) implica necessariamente em movimentos de ação e, muitas vezes, de transformação. As imagens, constelações simbólicas passíveis de visitas e interpretações, são parte daquilo que se apresenta: uma outra parte está antes do resultado, como um fim mesmo que parcial de um percurso, nas relações existentes durante o processo de criação.

Neste volume, interessou a complexidade dos acionamentos potenciais que surgem das relações íntimas entre corpo e psique na lida. Às vezes, será mais agente o sujeito na materialidade, às vezes, a materialidade no sujeito. No entanto, sempre o lidar será a superfície de encontro/contato de transformações mútuas.

Foi concebido um MAPA DAS MATERIALIDADES que tenta evidenciar o quanto uma mesma materialidade não pode ser resumida e não pode ser circunscrita a uma única característica, mesmo que apresente uma propedêutica (sua vocação intransferível). Elas gostam de escapar das ordens hegemônicas: uma mesma materialidade pode ser espaço de diferentes qualidades/estados bem como uma mesma qualidade pode estar em diversas materialidades.

Há de se preservar frente às materialidades um campo alargado de potenciais. O material, como conteúdo, é polissêmico. A materialidade trabalha no campo das opacidades e não das transparências.

Este volume foi resultado de um processo de investigação colaborativo entre diversas arteterapeutas entre os anos de 2019 e 2021. Em um período em que o mundo se viu “revirado” a estabilidade propiciada por esses encontros representaram um espaço de

¹ Mestre e doutora em Arte (Unicamp - FAPESP/CAPES), bacharel e licenciada em Artes Visuais (Unicamp), Pedagoga (Unifran). Especializações nas áreas de Arteterapia (Unicamp), Direitos Humanos e Cidadania Global (PUC/RS), Caminhada como Método para a Arte e Educação (Casa Tombada/Edith Derdyk) e MBA em Gestão Escolar – PECEGE (USP/Esalq). Membro do Conselho editorial da Revista AATESP. Parecerista de revistas especializadas na área de educação e arte (Art&Sensorium, Revista Brasileira de Estudos Pedagógicos – RBEP, Semina: Ciências Sociais e Humanas, Revista Educação, Artes e Inclusão (REIA). Publicações: “ENTRE: Materialidades e Afetos” (Apris, 2023), “Entre linhas, formas e Cores” (Papyrus, 2020), “Eu Retrato, tu Retratas” (Wak, 2013), “Arteterapia com grupos” (Casa do Psicólogo, 2010). Professora convidada no curso de pós graduação em Arteterapia Analítica da FMU (disciplinas Raciocínio Arteterapêutico, A Experiência da Arte e Propedêutica dos Materiais) e orientadora na escrita de artigos científicos e TCCs na área de Arte e Arteterapia. CV Lattes: <http://lattes.cnpq.br/4364335240213211>.

equilíbrio. A partir de leituras compartilhadas, pesquisas, processo orgânico de revisões coletivas, oficinas virtuais das quais surgiram as imagens que ilustram este volume.

Cada capítulo se organizou a partir de uma estrutura comum, baseada em “quandos” (estados potenciais da materialidade) e se pautou na singularidade da redação e experiências de cada autor (Ana Maria Caramujo, Giovanna Florencio, Chadia Hamze, Lucia Perez, Renan Reis, Lilian Vieira, Rosana Laguna e Tatiana Fecchio).

Este livro não intenciona esgotar as discussões sobre as materialidades, mas sim, oferecer uma certa gama de possibilidades que explicita a complexidade da relação entre os modos de lidar com os estados da materialidade: das implicações e dos meandros em seus diferentes estados bem como as potencialidades simbólicas quando da lida.

São capítulos deste livro: A cor brilho: tinta acrílica; Rallentando: intervenção na cola, O universo das cores: tinta guache; Diluição, transparência e fluidez: tinta aquarela; Entre o traço e a mancha: lápis aquarelável, Entre um traço e outro: riscadores, Fios de conexão e fronteira: barbante; Perfurações e atravessamentos: bordado; Uma linha no espaço: arame; Moldar e ser moldado: massas; Construções e ressignificações: sucata; Entre cacos: mosaico; Novo... de novo: gravura e carimbo; Novo arranjo, novos sentidos: fotomontagem; Grafando com luz: fotografia. Em cada capítulo se encontram discussões que nunca se debruçam sobre “fórmulas” mas nas potencialidades implícitas: a cor como brilho, as velocidades e as dinâmicas de manuseio, os afetos das cores, as diluições, as transparências, o gesto no traço, os preenchimentos, os espaços vazios, os intervalos, as conexões, os atravessamentos, os limites, as fronteiras, o moldar e ser moldado, as fragmentações e os rearranjos, as ressignificações, as repetições e as efemeridades.

NORMAS DE PUBLICAÇÃO

sobre as modalidades

1. A Revista de Arteterapia da AATESP recebe trabalhos espontaneamente submetidos pelos autores para publicação nas seguintes seções: artigo científico **original/inédito** (amplia consideravelmente o conhecimento ou a compreensão de um dado problema), artigo científico de **revisão teórica/bibliográfica** (no qual há o levantamento das informações a respeito de um determinado tema). Podem também ser submetidos **relatos de experiência** (prioriza a descrição do método/experiência), **estudos de caso** (prioriza a exposição, descrição e discussão de casos), **resenhas** de livros e **resumos** (de monografias, dissertações e teses).
2. Trabalhos de cunho teórico que apresentem interfaces com outras áreas do conhecimento são incentivados.

sobre os autores

3. Todas as modalidades, exceto as resenhas e os resumos, podem ser submetidas apenas por profissionais arteterapeutas credenciados pelas Associações Regionais de Arteterapia filiadas à UBAAT – www.ubaat.org.
4. Trabalhos que fizerem uso da Arteterapia podem ter como autores principais profissionais não filiados ou advindos de outras áreas do conhecimento *desde que* apresentem ao menos um coautor arteterapeuta que valide as intervenções arteterapêuticas envolvidas.
5. Serão aceitos artigos com no máximo três autores (um autor e dois coautores). Lembrando que a coautoria pressupõe envolvimento importante na realização do artigo, conhecimento de seu conteúdo e participação na sua redação, ou seja, o coautor é corresponsável pelo trabalho e responde por ele. Acima de três autores, tomando por base as recomendações da ICMJE (1985), deve-se descrever na introdução do material a efetiva contribuição de cada autor nos seguintes termos: se há concepção e delineamento do tema; se há análise e interpretação dos dados; se há redação do manuscrito, se há revisão do manuscrito com crítica intelectual importante. A revisão sem crítica intelectual importante ou a simples participação na coleta de dados não justifica autoria. Colaboradores não são autores e podem ser reconhecidos, desde que permitam, separadamente em nota de rodapé, como: contribuição; orientação; revisão crítica; coleta de dados; participação em inquérito clínico.

sobre o formato

6. É imprescindível que o trabalho enviado tenha sido submetido à revisão da língua escrita por um profissional habilitado e que atenda às orientações de diagramação aqui descritas. Não cabe à Revista AATESP ou aos seus pareceristas a revisão ortográfica dos trabalhos.
7. É considerada uma página aquela formatada da seguinte maneira: folha tamanho A4, fonte Arial tamanho 11, margens (superior, inferior, direita e esquerda) igual a 2,5 cm, espaçamento entre linhas igual a 1,5 e com recuo de primeira linha igual a 1,25 cm.
8. Considerando todas as informações incluídas, os **artigos científicos, relatos de experiência** e **estudos de caso** devem conter, no máximo, 25 páginas; as

resenhas, 4 páginas; e os **resumos**, 1 página.

9. Os **artigos científicos, relatos de experiência e estudos de caso** devem apresentar: título e subtítulo, resumo (de 100 a 200 palavras) de 3 a 5 palavras-chave. O título, o resumo e as palavras-chave devem ser apresentados em português e inglês. O corpo do texto deve apresentar: introdução, método, desenvolvimento, considerações finais e bibliografia referenciada. ([Template1](#))
10. Da “bibliografia referenciada” deve constar **apenas e exclusivamente** as obras efetivamente referidas no texto *Veja no final deste documento as orientações sobre como fazer constar a bibliografia referenciada*
11. Desaconselhamos o uso de notas de rodapé. Se necessárias, devem ser digitadas **utilizando a ferramenta “inserir/nota de rodapé”** que consta nos editores de texto, fonte Arial tamanho 9, espaçamento de parágrafo simples e tabulação justificada.
12. As citações podem ser feitas de forma direta ou indireta. Citações diretas com menos de 3 linhas devem estar no corpo do texto entre aspas. Citações diretas com mais de três linhas, devem estar recuadas à esquerda em 4 cm, sem aspas, com tamanho da fonte 11 e espaçamento entre linhas simples. *Veja no final deste documento as orientações sobre como fazer constar citações*
13. As figuras (imagens de trabalhos, fotografias ou gráficos) devem estar centralizadas na folha e inseridas no texto **sem qualquer tipo de margem ou moldura**. Cuidar para que as figuras estejam nítidas. Sob a figura deve constar em fonte Arial tamanho 10 as seguintes informações: *Figura nº breve descrição/legenda* (número da figura, um ponto, uma breve descrição). A figura deve estar referenciada no texto a fim de explicitar em que momento da leitura ela se faz importante à compreensão dos argumentos. No caso de gráficos estes devem estar acompanhados de *título e fonte utilizada*.
14. A **página de rosto** deverá ser elaborada em arquivo separado na qual deve constar: título, resumo, palavras-chave, autores, créditos acadêmicos e profissionais (de 3 a 5 linhas), se filiado a associação de Arteterapia no Brasil ou exterior e número de inscrição, endereço completo, telefone e *e-mail* para contato do(s) autor(es). Este arquivo pode ser enviado em formato **pdf**. ([Template2](#))
15. Nos artigos científicos, relatos de experiência e estudos de caso **não deve constar** identificação de autoria ao longo do trabalho, ou seja, não deve haver qualquer elemento que possibilite a identificação do(s) autor(es), tais como nome do autor, filiação profissional, papel timbrado ou dados de autoria no menu **propriedades** do Word.

submissão

16. O autor deve submeter o trabalho mediante envio de *e-mail* somente ao endereço eletrônico revista@aatesp.com.br, explicitando a intenção de publicação na Revista Arteterapia da AATESP.
17. Deste *e-mail* devem constar os seguintes arquivos, na forma de anexo, conforme já anteriormente descritos:
 1. **arquivo do trabalho** (formato doc) [Template1](#)
 2. **página de rosto** (formato pdf) [Template2](#)

3. carta de intenção e ética (formato jpg ou pdf) [Template3](#)

ORIENTAÇÕES GERAIS SOBRE CITAÇÕES E BIBLIOGRAFIA REFERENCIADA

As orientações abaixo atendem às normas estabelecidas pela ABNT NBR-14724 (Informação e Documentação – Trabalhos Acadêmicos), NBR-10520 (Informação e documentação – Citações em documentos) e NBR-6023 (Informação e documentação – Referências).

1. CITAÇÃO

Citações são elementos extraídos de documentos pesquisados e indispensáveis para a fundamentação das ideias desenvolvidas pelo autor. As citações podem ser diretas e indiretas. A forma de citação adotada pela Revista de Arteterapia da AATESP será o sistema **autor-data**. Neste sistema a indicação da fonte deve ser feita seguindo as orientações abaixo.

- No caso de **CITAÇÃO INDIRETA**, estas devem traduzir com fidelidade o sentido do texto original sem se configurarem como uma transcrição literal do texto original. Elas geralmente tratam de comentários sobre ideias ou conceitos do autor. São livres de aspas, sem indicação de página. Exemplos:

De acordo com Freud (1972), os processos primários encontram-se presentes no aparelho mental desde o princípio.

Ou

Os processos primários encontram-se presentes no aparelho mental desde o princípio (FREUD, 1972).

- No caso de **CITAÇÃO DIRETA com menos de três linhas** devem vir entre aspas duplas, no próprio corpo do texto. Estas se configuram como uma transcrição literal do texto original. Exemplos:

“Centrando o interesse na Arteterapia como prática complementar, procurou-se aplicá-la no atendimento a enfermos hospitalizados.” (VALLADARES, 2008, p. 81)

Ou

Valladares (2008) explica que “Centrando o interesse na Arteterapia como prática complementar, procurou-se aplicá-la no atendimento a enfermos hospitalizados” (p. 81).

Ou

Allessandrini (1996) aponta que “... a expressão artística pode proporcionar ao homem condições para que estabeleça uma relação de aprendizagem diferenciada” (p. 28).

- No caso de **CITAÇÃO DIRETA com mais de três linhas**, e que nunca devem exceder 10 linhas, devem figurar abaixo do texto, com recuo de 4 cm da margem esquerda, espaçamento 1,0 com letra 10 e sem aspas. Exemplos:

Goswami (2000) explica que:

... nós não podemos desenvolver uma identidade-ego sem a criatividade.
Quando crianças, somos naturalmente criativos, na medida em que vamos

descobrimo a linguagem, a matemática, o pensamento conceitual, as habilidades, e assim por diante. Na medida em que nosso repertório de aprendizado cresce, nossa identidade-ego cresce também. (p. 67)

Ou

O autor anteriormente referido problematiza que

... nós não podemos desenvolver uma identidade-ego sem a criatividade. Quando crianças, somos naturalmente criativos, na medida em que vamos descobrimo a linguagem, a matemática, o pensamento conceitual, as habilidades, e assim por diante. Na medida em que nosso repertório de aprendizado cresce, nossa identidade-ego cresce também. (GOSWAMI, 2000, p. 67)

2. BIBLIOGRAFIA REFERENCIADA

São as referências dos livros e materiais consultados para a elaboração do trabalho. **Apenas** devem constar os materiais **efetivamente referidos** no texto (ou seja, mesmo que interessante, materiais não referidos no corpo do texto não devem constar).

- Livro Completo.

SOBRENOME, Nome Abreviado. **Título**: subtítulo (se houver). Edição (se houver).
Local de publicação: Editora, data de publicação da obra.

RHYNE, J. **Arte e Gestalt**: padrões que convergem, 1. ed. São Paulo: Summus, 2000.

- Capítulo de livro

SOBRENOME, Nome abreviado. Título do capítulo: subtítulo. *In*: SOBRENOME, Sigla do nome. **Título do livro**: subtítulo. Local: editora, ano, intervalo de páginas do capítulo.

NOGUEIRA, C. R. Recursos artísticos em psicoterapia. *In*: CIORNAI, S. **Percursos em arteterapia**: arteterapia gestáltica, arte em psicoterapia, supervisão em arteterapia. São Paulo: Summus, 2004, p. 219-223.

- Tese, dissertação

SOBRENOME, Nome. Título negrito. Ano de depósito. total de folhas ou páginas.
Tipo (grau) - Instituição, local, ano de defesa.

VALLADARES, Ana Cláudia Afonso. **Arteterapia com crianças hospitalizadas**. 2002. 258p. Dissertação (Mestrado em Enfermagem Psiquiátrica) – Escola de Enfermagem, Universidade de São Paulo, Ribeirão Preto, 2002.

- Artigos em periódicos

SOBRENOME. Nome abreviado. Título do artigo: subtítulo (se houver). **Título da Revista**, local de publicação, volume do exemplar, número do exemplar, p. (página inicial e final do artigo), ano de publicação.

BERNARDO, P. P. Oficinas de criatividade: desvelando cosmogonias possíveis. **Revista Científica Arteterapia Cores da Vida**, Goiás, v. 2, n. 2, p. 8-23, 2006.

- Artigo em periódicos *on-line*
com autoria

SOBRENOME. Nome abreviado. Título do artigo: subtítulo (se houver). **Título da Revista**, local de publicação, volume do exemplar, número do exemplar, p. (página inicial e final do artigo), ano de publicação. Disponível em: <URL>. Acesso em: dia mês abreviado ano.

sem autoria

Título da matéria. Nome do *site*, ano. Disponível em: <URL>. Acesso em: dia mês

abreviado. ano.

- Trabalho de Congresso (publicado *on-line*)

SILVA, R. N.; OLIVEIRA, R. Os limites pedagógicos do paradigma da qualidade total na educação. *In*: CONGRESSO DE INICIAÇÃO CIENTÍFICA DA UFPE, 4., 1996, Recife. **Anais eletrônicos**. Recife: UFPE, 1996. Disponível em: <<http://www.prospeq.ufpe.br/anais>>. Acesso em: 21 jan. 1997.

- Resumos em eventos (impresso)

SEI, M. B. e GOMES, I. C. Family art therapy and domestic violence: a proposal of intervention. *In*: IARR MINI CONFERENCE, 2005. **IARR Mini-Conference Program-Abstracts**. Vitória: Universidade Federal do Espírito Santo, 2005. p. 23-23.