



# ARTETERAPIA Cores da Vida

Ano 8 - Volume 15 - Número 15 - Julho – Dezembro - 2012

Revista Científica de Arteterapia Cores da Vida

ISSN: 1809-2934

Disponível em: <http://www.brasilcentralarteterapia.org>

- Associação Brasil Central de Arteterapia -

## SUMÁRIO

### EDITORIAL

#### A Arteterapia com grupo de mulheres

Ana Cláudia Afonso Valladares Torres (DF-Brasil)

02

### ARTIGOS ORIGINAIS

#### 1 – Arteterapia na roda de mulheres: a vida em movimento

Irlanda M. C. Rodrigues, Elisabeth B. Zimmermann & Ana Cláudia A. Valladares-Torres  
(SP/GO/DF-Brasil)

03

#### 2 - O alimento como facilitador no processo arteterapêutico

Patrícia Rose Teixeira Moreira & Lívia Pessoa Campello (AL-Brasil)

17

### RELATO DE CASO

#### 3 – Mulheres e mandalas construídas com papel: um caminho de individuação

Flora Elisa de Carvalho Fussi (GO-Brasil)

23

### ARTIGOS DE REVISÃO

#### 4 – O arquétipo selvagem da mulher

Josiane Paraboni (RS-Brasil)

26

### ARTIGOS DE ATUALIZAÇÃO OU DIVULGAÇÃO

#### 5 - Confluencias: breve comentário sobre diálogos

Cristóbal Vallejos Fabres (Chile)

29

## EDITORIAL

---

### A ARTETERAPIA COM GRUPO DE MULHERES

Destaca-se no volume 15, a contribuição inédita de experiências de Arteterapia aplicadas a diferentes grupos de mulheres com e sem problemas sociais e emocionais. Ora mesclando técnicas expressivas com alimentos, com movimentos corporais, com mandalas, ora com arquétipos.

Essa demanda vem crescendo na nossa atualidade e a Revista Científica de Arteterapia Cores da Vida se expande e concretiza a cada dia, divulgando esses estudos científicos do Brasil.

*Profª Ana Cláudia Afonso Valladares Torres*  
Coordenadora do Conselho Editorial da Revista Científica Arteterapia Cores da Vida

### Art therapy with group of women

Stands out in volume 15, the unprecedented contribution of art therapy experiences applied to different groups of women with and without social and emotional problems. Now mixing expressive techniques with food, body movements, with mandalas, sometimes with archetypes.

This demand has been growing in our present and Scientific Journal of Art Therapy Colors of Life expands and realizes every day, disseminating scientific studies of Brazil.

*Profª Ana Cláudia Afonso Valladares Torres*  
Coordinator of Board Members of Editorial of the Scientific Magazine Arteterapia Cores of the Life

### Arteterapia con el grupo de mujeres

Destaca en el volumen 15, la contribución sin precedente de experiencias del Arteterapia aplicada a diferentes grupos de mujeres con y sin los problemas sociales y emocionales. Ahora mezclando técnicas expresivas con los alimentos, los movimientos del cuerpo, con las mandalas, a veces con arquétipos.

Esta demanda ha estado creciendo en nuestro actualidad y la Revista Científica de Arteterapia Colores de la Vida se expande y se concretiza todos los días, divulgando esos estudios científicos del Brasil.

*Profª Ana Cláudia Afonso Valladares Torres*  
Coordinadora del Consejo Editorial de la Revista Científica Arteterapia Colores de la Vida

### Nota

As opiniões emitidas nos trabalhos aqui publicados, bem como a exatidão e adequação das referências bibliográficas são de exclusiva responsabilidade dos autores, portanto podem não expressar o pensamento dos Editores e ou Conselho Editorial.

## ARTIGO ORIGINAL

---

### 1 - ARTETERAPIA NA RODA DE MULHERES: A VIDA EM MOVIMENTO<sup>1</sup>

*Irlanda M. C. Rodrigues<sup>2</sup>*

*Elisabeth Bauch Zimmermann<sup>3</sup>*

*Ana Cláudia Afonso Valladares-Torres<sup>4</sup>*

**Resumo:** A Arteterapia, por ser um campo de atuação que utiliza recursos artísticos e expressivos para promover a comunicação dos sujeitos consigo mesmos e com seu meio social, pode ser uma modalidade terapêutica eficaz na intervenção em saúde mental. O objetivo geral deste trabalho é evidenciar os efeitos da Arteterapia, aplicada a mulheres com depressão e em tratamento grupal em um serviço ambulatorial de saúde mental da Rede Pública de Saúde do Município de Paulínia, visando à implantação de ateliês arteterapêuticos como modalidade terapêutica. Trata-se de pesquisa qualitativa - estudo de um grupo de vivências - cuja intervenção teve como apoio as proposições operacionais da Arteterapia e a Psicologia Analítica de Carl Gustav Jung. Nos ateliês arteterapêuticos foi priorizado o Movimento Expressivo, associado ao desenho, à pintura, à colagem e à modelagem, como técnicas de expressão, de criação e de comunicação dos sujeitos com seu mundo interno e com seu meio social, visando uma experiência integradora do *Eu*. Os ateliês foram constituídos de três etapas: o movimento expressivo, a representação plástica e a verbalização. Serviram de material para análise, as produções artísticas plásticas das participantes, a expressão corporal e os relatos verbais, registrados no diário de campo. Ao longo dos três meses da pesquisa / intervenção e após análise dos dados, verificou-se que as técnicas corporais e plásticas utilizadas, facilitaram a expressão simbólica das mulheres e estimularam o processo de autoconhecimento, de ampliação da consciência e de desenvolvimento pessoal. A partir dos resultados positivos alcançados com a realização dos ateliês arteterapêuticos no grupo estudado, os mesmos foram consolidados como modalidade terapêutica no Serviço de Saúde Mental de Paulínia.

**Palavras-chave:** Arteterapia, Movimento expressivo, Expressão plástica, Autoconhecimento, Desenvolvimento pessoal.

#### **Atetery in a circle of women: life in movement**

**Abstract:** Art therapy uses resources from art and other forms of expression to foster the communication of subjects with themselves and with their social surroundings. In this context, art can be an effective therapeutic tool for interventions in mental health. The overall objective of this report was to demonstrate the effects of art therapy when applied to women with depression who are in group treatment at an out-patient clinic of the health department in the city of Paulínia, State of São Paulo, Brazil. This text describes research carried out on the art therapy group's activities, using a qualitative methodological approach based on art therapy and Jungian analytic psychology. At the group's encounters, special emphasis was given to expressive movements associated with drawing, painting, collages and modeling, including techniques for expression, creation and communication of the subjects with their internal worlds and their social environment. The basic purpose of this set of activities was to create experiences that would favor integration of the ego. The workshops consisted of three stages: expressive movement, visual representation and speaking. The artistic production and the bodily expressions of the participants were analyzed, as well as their verbal

<sup>1</sup>O presente trabalho é constituído por partes extraídas da Monografia apresentada ao Departamento de Psicologia Médica e Psiquiatria da Faculdade de Ciências Médicas da UNICAMP, como requisito para a obtenção do título de Especialista em Arteterapia. É baseado em uma pesquisa/intervenção, realizada durante o estágio em um ambulatório público de saúde mental no município de Paulínia-SP, visando a implantação de ateliês arteterapêuticos como modalidade terapêutica no serviço

<sup>2</sup>Bacharel em Serviço Social pela PUC- São Paulo. Psicodramatista pelo Instituto de Psicodrama e Psicoterapia de Grupo de Campinas (IPPGC). Especialista em Arteterapia pela UNICAMP. Especialista em Técnicas Psicofísicas para o Desenvolvimento Humano, pelo Sistema Rio Abierto. Email: irlamargyn@gmail.com

<sup>3</sup>Psicóloga pela USP. Dr<sup>a</sup> em Saúde Mental pela UNICAMP. Analista junguiana pelo C.G.Jung Institut de Zúrique – Suíça. Docente do Instituto de Artes da UNICAMP. Orientadora do trabalho

<sup>4</sup>Arteterapeuta. Professora Doutora da Universidade de Brasília (UnB). Vice-Presidente da Associação Brasil Central de Arteterapia (UBAAT). Co-orientadora do trabalho

expression, which had been registered in a log during the sessions. After three months of research and intervention, and after the data had been analyzed, it was seen that these bodily and artistic techniques facilitated the participants' symbolic expression, stimulated processes of self-knowledge, and improved their awareness and personal development. Based on the positive results attained with these therapeutic workshops in art therapy, we consider that this technique should be incorporated as one of the modalities of therapy to be practiced at the Mental Health Service in Paulinia.

**Keywords:** Art therapy, Expressive movements, Artistic expression, Self-knowledge, Personal development

### **Ateterapia en la rueda de mujeres: la vida en movimiento**

**Resumen:** El Arteterapia, por ser una disciplina que utiliza recursos artísticos y expresivos para fomentar la comunicación de los individuos consigo mismos y con su entorno social, puede ser una modalidad terapéutica efectiva en el campo de la salud mental. El objetivo general de este trabajo es el de poner en evidencia los efectos del Arteterapia aplicada, por medio de talleres de arte, a un grupo de mujeres con depresión y en tratamiento de grupo en dispensario de salud mental de la red de Salud Pública de la ciudad de Paulinia, en São Paulo, Brasil. Se trata de una investigación con enfoque metodológico cualitativo - estudio de un grupo de vivencias - cuya intervención se basa en las propuestas operacionales del Arteterapia y en la Psicología Analítica de Carl Gustav Jung. En dichos talleres arteterapéuticos ha sido priorizado el Movimiento Expresivo asociado con dibujo, pintura, collage y modelado como técnicas de expresión, creación y comunicación del individuo con su mundo interior y con su entorno social, buscando una experiencia integradora del Yo. Los han sido constituidos por tres etapas: movimiento expresivo, representación plástica y elaboración verbal. Las producciones artísticas, la expresión corporal y los informes verbales registrados en el diario de la investigación han servido como material de análisis. En los tres meses de investigación/intervención y tras el análisis de los datos ha sido posible constatar que las técnicas corporales y plásticas utilizadas han facilitado la expresión simbólica de las mujeres participantes y estimulado el proceso de autoconocimiento, expansión de la conciencia y desarrollo personal. Con base en los resultados positivos alcanzados con la realización de los talleres arteterapéuticos en el grupo estudiado, se considera pertinente su utilización como modalidad terapéutica efectiva en el servicio de Salud Mental de Paulinia.

**Palabras clave:** Arteterapia, Movimiento Expresivo, Expresión artística, Auto conocimiento, Desarrollo personal.

### **Arteterapia**

O termo arte, apesar de amplo, é familiar à maioria das pessoas, por sua função social e simbólica. A arte permite ao homem a expressão e a percepção de diversas dimensões da vida, na busca cotidiana de equilíbrio com seu meio, propiciando a compreensão da realidade e a renovação da própria cultura. Tem função essencial e de extrema importância para o desenvolvimento humano, por sua qualidade integrativa e de unir forças opostas dentro da personalidade, favorecendo assim a reconciliação das necessidades do indivíduo com as exigências impostas por seu meio (ANDRADE, 2000).

Valladares (2008) afirma que: *“a arte é um meio de expressão, de comunicação e de linguagem. É a troca de energia entre o criador e o objeto criado, expondo o não-exprimível e, ao mesmo tempo, refletindo uma possibilidade de transformação pessoal”*. As diversas formas de expressão artística permitem ao homem a experiência do desconhecido e de novas possibilidades de integração e de transformação (CIORNAL, 2004). É esta uma das razões pelas quais a arte, além de sua função social, tem também função terapêutica.

Usada com fins terapêuticos a arte é denominada de Arteterapia. Segundo Philippini apud Valladares (2008, p.22), *“a Arteterapia auxilia a pessoa a resgatar, desbloquear e fortalecer potenciais criativos, por meio de formas de expressão diversas. Além disso, facilita ao indivíduo encontrar, comunicar e expandir o seu próprio caminho criativo e singular, favorecendo a expressão, a revelação e o reconhecimento do mundo interno e inconsciente”*.

Valladares (2008) considera a Arteterapia como uma forma de linguagem que, além de permitir que a pessoa se comunique consigo mesma e com os demais, concede a liberdade de expressão e sustenta sua autonomia, ampliando seu conhecimento sobre o mundo, propiciando ainda o desenvolvimento emocional e social. Segundo Gonçalves (2010), a Arteterapia implica uma situação de ajuda e apoio a alguém que esteja em situação de sofrimento ou desconforto; ela pressupõe uma demanda expressiva do sujeito, uma busca de transformação, a fim de que seu processo de desenvolvimento aconteça de forma natural, permitindo o emprego de recursos de contato e acesso ao imaginário como elemento de saúde.

A Arteterapia ajuda as pessoas a explorar, descobrir e compreender suas ideias, suas percepções e sentimentos, favorecendo a autoestima, reduzindo ansiedades e melhorando a qualidade de vida, por meio da promoção, prevenção e expansão da saúde (Philippini apud VALLADARES, 2008). Com base em dados da Associação Brasil Central de Arteterapia, Valladares (2008, p.22) define Arteterapia como *“uma profissão*

*assistencial, cujo foco de trabalho baseia-se na integração da produção artística, no processo criativo da arte e na inter relação da pessoa com a imagem criada. Favorece o autoconhecimento, contribui para a solução de conflitos emocionais e para um desenvolvimento humano harmonioso, utilizando, para esses fins, modalidades terapêuticas variadas”.*

Para que o processo Arteterapêutico aconteça, tem importância ímpar um ambiente propício, clima de confiança e ética, onde sejam preservadas a integridade e a segurança das pessoas envolvidas e haja a presença do profissional especialista que é o arteterapeuta. Cabe ao arteterapeuta estimular o indivíduo a estabelecer contato com sua espontaneidade e criatividade, com o intuito de viabilizar sua expressão pessoal e sua organização psíquica. Para que isso aconteça faz-se necessária a adequação dos suportes, dos materiais, das técnicas e do local e, obviamente, o preparo do profissional. O local onde acontecem as atividades arteterapêuticas é conhecido como ateliê arteterapêutico. O ateliê é, pois, o espaço de trabalho e produção onde estão presentes pacientes e terapeutas, utilizando materiais diversos, suportes adequados e técnicas específicas, com fins terapêuticos. Os materiais têm a função de facilitar a expressão, constituindo-se canais facilitadores do contato do indivíduo com seu mundo interno e com seu meio.

Em Arteterapia, as técnicas de arte têm a função de facilitar a descoberta e o reconhecimento de potenciais no cliente, estando a serviço do estímulo à criatividade e à expressão da singularidade do indivíduo. Pode acontecer que nas vivências durante os ateliês arteterapêuticos descubram-se talentos e surjam artistas, porém, não é esta a intenção do trabalho. Nos ateliês arteterapêuticos, cada modalidade tem sua qualidade, objetivo e adequação. A seguir serão descritos os objetivos das modalidades plásticas mais utilizadas na presente pesquisa.

No nível simbólico, o desenho e a pintura possibilitam, por meio dos gestos e das cores, a expressão do mundo interno. Revelando formas, pensamentos e sentimentos, a pessoa revela-se a si mesma e se reintegra. Para Vasconcelos & Giglio (2006), o desenho e a pintura favorecem a projeção de conteúdos imagéticos, permitindo a expressão de vivências relacionadas ao contato com o mundo interno e externo (aspectos pessoais e coletivos). “*Quando a pintura flui amiúde o mesmo ocorre com a emoção*” (Okalander apud VALLADARES, 2004, p.4). “*A experiência também nos demonstra que a pintura pode ser utilizada pelo doente como um verdadeiro instrumento para reorganizar a ordem interna e ao mesmo tempo reconstruir a realidade*” (SILVEIRA, 1992).

Por meio do recorte e da colagem é possível resignificar a própria vida. “*Simbolicamente o ato de recortar ou rasgar os papéis e posteriormente reuni-los, recompondo-os, corresponde subjetivamente à vivência de recortes, rupturas, reparação e reorganização-estruturação*” (Guaraná apud VALLADARES, 2004, p.4). O objetivo da colagem é “*auxiliar o paciente a integrar imagens significativas em um universo continente (o limite do papel) dando sentido e significado ao conjunto composto, podendo remetê-lo aos movimentos de integração e desintegração do próprio psiquismo*” (VASCONCELOS & GIGLIO, 2006, p.90).

A modelagem “*promove a sensibilização tátil, sendo uma atividade de relaxamento, além de fortalecer a musculatura e a harmonia pelo equilíbrio. Oferece noções de temperatura, peso, textura, concavidade ou convexidade*” (Nascimento apud VALLADARES, 2004, p.5).

## **Psicologia Analítica e Arteterapia de base Analítica**

Jung, fundador da psicologia analítica, foi um psiquiatra suíço que viveu no período de 1875 a 1961. Foi um homem profundamente atento aos acontecimentos contemporâneos e apaixonado pelo conhecimento da mente humana. Filho de pastor, intuitivo, com intensas vivências interiores, místicas e científicas, também foi escritor, pesquisador e analista. Desenvolveu suas teorias com base na Mitologia, na Alquimia, nos estudos dos povos primitivos, das culturas e das religiões (SILVEIRA, 2007). Segundo Vasconcelos & Giglio (2006, p.21-22), Jung “*estudou, sobretudo, as imagens originárias do inconsciente, dando ampla importância às manifestações artísticas em suas pesquisas. Aprofundou-se na compreensão dos arquétipos do inconsciente coletivo, analisando os processos oníricos e a linguagem imagética*”.

Andrade (2000) comenta que Jung considera as imagens uma simbolização do inconsciente individual ou muitas vezes do inconsciente coletivo, decorrente da cultura humana nas diversas civilizações; observa símbolos e estuda diversas culturas e mitologia, reunindo aspectos comuns entre elas. A partir desses estudos é que Jung cria o conceito de arquétipo, fonte de alimentação do psiquismo humano.

Jung (2008b) descreve que no inconsciente se encontram em movimento conteúdos pessoais, advindos das experiências de vida, e conteúdos do próprio inconsciente. Por isso classifica o inconsciente em duas estruturas, de acordo com os componentes por ele estudados: o *Inconsciente Pessoal* (ou individual) e o *Inconsciente Coletivo*. Define o *inconsciente coletivo* como uma parte da psique que difere do inconsciente pessoal, porque não deve sua existência à experiência pessoal, não sendo assim uma aquisição pessoal. Afirma que os conteúdos do inconsciente coletivo nunca estiveram presentes na consciência e por isso não foram adquiridos individualmente, devendo sua existência exclusivamente à hereditariedade, constituindo-se essencialmente de arquétipos.

O inconsciente coletivo “*corresponde às camadas mais profundas do inconsciente, aos fundamentos estruturais da psique comuns a todos os homens*” (SILVEIRA, 2007, p.64). Para Jung (2008b), o conceito de

*arquétipo, correlato da ideia de inconsciente coletivo “indica a existência de determinadas formas na psique, que estão presentes em todo tempo e em todo lugar [...] O inconsciente coletivo não se desenvolve individualmente, mas é herdado. Ele consiste de formas preexistentes, arquétipos, que só secundariamente podem tornar-se conscientes, conferindo uma forma definida aos conteúdos da consciência” (p.53).*

Os estudos de Jung (2008b) demonstram que o inconsciente pessoal deve sua existência à experiência pessoal e é constituído essencialmente de conteúdos que já foram conscientes e que de alguma maneira desapareceram da consciência por terem sido esquecidos ou reprimidos. Afirma que *“os materiais contidos nesta camada são de natureza pessoal porque se caracterizam, em parte, por aquisições derivadas da vida individual e em parte por fatores psicológicos, que também poderiam ser conscientes”* (JUNG, 2008a, p.11).

A Arteterapia de abordagem analítica estimula a expressão de imagens do inconsciente por meio do fazer e do criar artísticos, com o intuito de materializar a energia psíquica em símbolos e de propiciar sua transformação. Na concepção junguiana, o símbolo *“é uma linguagem universal infinitamente rica, capaz de exprimir por meio de imagens muitas coisas que transcendem as problemáticas específicas dos indivíduos”* (SILVEIRA, 2007, p.72).

No universo junguiano da Arteterapia, descreve Philippini (1995), o símbolo tem uma função integradora e reveladora do eixo de si mesmo, entre o que é desconhecido – inconsciente individual e coletivo – e a consciência. O símbolo aglutina e corporifica a energia psíquica para que o indivíduo possa entrar em contato com níveis mais profundos e desconhecidos do seu próprio ser e cresça com estas descobertas. O símbolo constelado com a ajuda dos materiais expressivos dinamiza e facilita a estruturação e transformação dos estados emocionais que lhe deram origem.

Vasconcelos & Giglio (2006) referem que a formação da imagem arquetípica, ou seja, da imagem simbólica, ocorre no limiar entre inconsciente coletivo, inconsciente pessoal e consciente. Citando Jacobi, ressaltam os autores, que o arquétipo em si nunca pode ser encontrado de maneira direta e sim indiretamente, quando ele se manifesta, ou no símbolo ou no sintoma ou no complexo. Concluem os autores que arquétipo e símbolo não são conceitos equivalentes, afirmando que *“o arquétipo é o centro energético que poderá ser constelado, emergindo na forma de imagens simbólicas”* (p.32).

Philippini (1995) comenta que o arteterapeuta, junto com o criador do símbolo, deve contextualizar seus significados pertinentes à singularidade e historicidade de cada um. Assim, cabe ao arteterapeuta de abordagem junguiana fornecer suportes materiais adequados para que a energia psíquica possa fluir por meio de símbolos e de criações diversas.

O ateliê arteterapêutico, por ser um lugar propício ao encontro da pessoa consigo mesma, e à expressão de sua singularidade, constitui-se um espaço favorecedor do processo de individuação. As pessoas desenvolvem-se sob muitos aspectos ao longo de suas vidas, e passam por múltiplas mudanças em muitos níveis. A experiência total de integridade ao longo de uma vida inteira – o surgimento do *si-mesmo* na estrutura psicológica e na consciência – é conceituada por Jung e denominada individuação (STEIN, 2006, p.153).

Para Jung, todo ser tem uma tendência inata de realizar o que nele existe em germe, a crescer, a completar-se, tanto no aspecto corporal quanto no psíquico. Jung afirma que no homem, embora o desenvolvimento de sua potencialidade seja impulsionado por forças instintivas inconscientes, ele é capaz de tomar consciência desse desenvolvimento e influenciá-lo (Jung apud SILVEIRA, 2007). Zimmermann (1992) descreve que o objetivo da individuação é a inteireza do indivíduo, a realização da personalidade original (potencial). É o caminho de uma plenitude, em direção à fonte e sentido último do psiquismo de todo ser humano: o Si-mesmo ou *Self*.

## **Movimento Expressivo no ateliê arteterapêutico**

Discorrendo sobre as questões do corpo no processo de individuação, Almeida (2009a) afirma que a possibilidade de contato com as sensações corpóreas modifica a imagem corporal e amplia a consciência corporal, bem como valoriza o corpo e a energia psíquica, havendo assim a estruturação de uma nova identidade e de um novo ego. Estas novas dimensões, segundo a autora, são observadas também pela psique. No seu estudo sobre *corpo e individuação* Zimmermann (2009, p.175) afirma que *“o corpo carrega longamente o vestígio de vivências e estados afetivos. Assim, o trabalho de consciência corporal pode ser um progresso no caminho da autoexperiência”*. Neste estudo, relata a autora, é importante se trabalhar nas duas dimensões: no corpo e na psique e perguntar o que emerge primeiro, pois cada modalidade tem sua qualidade, objetivo e adequação.

Com base na relevância dada por Jung à reflexão e à criatividade como impulsos psíquicos que buscam a realização, (ALMEIDA, 2009a) conclui que, se a natureza da psique é essencialmente criativa, então, os métodos expressivos, incluindo a dimensão corporal e a imaginação criadora, facilitarão o despertar da criatividade. Segundo Almeida (2009a), uma melhor expressão e soltura do corpo leva a uma maior expressão e soltura frente às pessoas, ou seja, estamos atuando em nível de modificação de atitudes, e de uma coerência maior na psique e no organismo da pessoa. Assim, está se permitindo a manifestação da totalidade, e que esta *“se expresse corporalmente nos vários níveis psicofísicos do ser humano”* (Wahba apud ALMEIDA, 2009a, p.122).

Almeida, em dois diferentes estudos: *Corpo Poético* (2009a) e *Movimento Expressivo - a integração*

*fisiopsíquica através do movimento*, (2009b) conceitua o Movimento Expressivo como uma forma de trabalho corporal que busca a integração fisiopsíquica por meio do estímulo à expressão criativa do movimento. Tem como objetivo propiciar a conscientização corporal, simultaneamente à conscientização dos sentimentos, imagens, emoções e recordações. O caráter lúdico da dança, segundo Almeida, favorece o encontro com o mundo psíquico em sua totalidade, propiciando a experiência de *si mesmo*. Acrescenta ainda que, por ser um trabalho predominantemente grupal, favorece também o contato entre as pessoas, uma vez que a dança tem caráter agregador, promovendo assim um espaço potencializador do crescimento e do desenvolvimento.

Segundo Almeida (2009b), o Movimento Expressivo busca incentivar uma atitude criativa, curiosa e observadora que procura a melhor expressão dos conteúdos psíquicos e não o julgamento crítico que impede a experimentação e o fluir da energia. A autora situa o Movimento Expressivo dentro de um espaço propício para a exploração criativa, em função do caráter lúdico da dança, do lado afetivo evocado pela música, bem como do descompromisso com o aprendizado de uma técnica específica (ALMEIDA, 2009b).

A Música, por seu potencial terapêutico, é o veículo principal para a estimulação dos sentidos e para a facilitação do contato. No Movimento Expressivo, a música é o fio condutor do trabalho, pois facilita o contato com as imagens, sensações e reações interiores. Desde os primórdios da humanidade a música e a dança são meios que o ser humano utiliza para se perceber, se comunicar, se revelar e se relacionar consigo mesmo, com o outro, com seu grupo social, com a natureza, com o sagrado e com o cosmo.

A música e a dança permitem, pois, o encontro e a partilha de emoções, crenças e aspirações, bem como propiciam a expressão de estados interiores e de sentimentos individuais e coletivos. Por essa característica, música e dança são linguagens universais capazes de revelar as mais íntimas características psíquicas, culturais e sociais da humanidade. Por meio delas o homem, ao longo dos tempos, celebra a vida, comunica-se com a natureza, cultua, compartilha e expressa sua transcendência. Essa gama de possibilidades de expressão do homem por meio da música e da dança confere ao Movimento Expressivo seu caráter terapêutico.

## **Depressão: breve explicação**

A OMS (2011) classifica os episódios depressivos (F32) em três graus: leve, moderado e grave.

*“Nos episódios típicos de cada um dos três graus de depressão: leve, moderado ou grave, o paciente apresenta um rebaixamento do humor, redução da energia e diminuição da atividade. Existe alteração da capacidade de experimentar o prazer, perda de interesse, diminuição da capacidade de concentração, associadas em geral à fadiga importante [...] observam-se em geral problemas do sono e diminuição do apetite. Existe quase sempre uma diminuição da auto-estima e da autoconfiança e freqüentemente idéias de culpabilidade e ou de indignidade, mesmo nas formas leves [...] e pode se acompanhar de sintomas ditos “somáticos”, por exemplo, perda de interesse ou prazer, despertar matinal precoce [...] lentidão psicomotora importante, agitação, perda de apetite, perda de peso e perda da libido. O número e a gravidade dos sintomas permitem determinar três graus de um episódio depressivo: leve, moderado e grave”* (OMS, 2011).

Episódio depressivo leve, de acordo com a OMS (2011), é aquele que é acompanhado de dois ou três dos sintomas descritos, podendo o paciente ser capaz de desempenhar a maior parte de suas atividades. Classifica como episódio depressivo moderado aquele em que estão presentes quatro ou mais dos sintomas anteriormente descritos, tendo o paciente grande dificuldade para desempenhar a maioria de suas atividades diárias.

O Transtorno depressivo recorrente (F33), que também tem diferentes graus (leve, moderado e grave), na OMS (2011) é caracterizado pela ocorrência repetida de episódios depressivos. Dalgalarrondo (2000) descreve que as síndromes depressivas, reconhecidas como um problema prioritário de saúde pública nos tempos atuais, do ponto de vista psicopatológico, tem como elemento central o *humor triste*, e como características uma multiplicidade de sintomas afetivos, instintivos e neurovegetativos, ideativos e cognitivos, relativos à autoavaliação, à volição e à psicomotricidade.

Depressão para Jung é um processo ligado à questão energética; é *“um represamento da energia, que, quando liberada, pode tomar uma direção mais positiva. A energia fica presa em virtude de um problema neurótico ou psicótico, porém, se liberada, realmente ajuda a superação do problema”* (SAMUELS, SHORTER & PLAUT, 2003). Almeida (2009b) aborda o tema da energia psíquica como um conceito importante para a psicologia analítica e também para o trabalho com o movimento. Destaca que para Jung energia psíquica não é uma substância que se move no espaço, mas sim um produto resultante *das relações de movimento* entre as várias instâncias do organismo. O que quer dizer que *“a energia é resultado das diferenças de potencial entre as diversas polaridades da psique, que podem ser sintetizadas na sua representação mais característica, a polaridade consciente-inconsciente”* (p.41).

Abordando o tema *Psicopatologia e Individuação*, Hall (1986) considera que a individuação jamais se



completa, porque nem todas as suas possibilidades podem ser realizadas. Considera que a individuação é mais busca do que alvo, e que no processo de individuação o ego, muitas vezes, alcança pontos nos quais deve transcender a imagem que faz de si mesmo e esta é uma experiência dolorosa. Hall (1986) refere que muitos sintomas neuróticos surgem por causa da tentativa do ego de recuar diante de um desenvolvimento necessário no processo de individuação. Afirma ele:

*“se, por exemplo, recuamos diante da aprendizagem da expressão do sentimento normal de afirmação costuma haver o desenvolvimento de um quadro clínico de depressão. Na superfície, pode parecer que a depressão foi causada por eventos externos. Só através da compreensão analítica podemos ver que se trata antes (ou também) de uma questão de tomada de consciência e de integração das próprias potencialidades. A partir de um ponto de vista junguiano, portanto, costuma ser importante “atravessar” a depressão, vivenciando o conflito interno até chegar a uma solução, e não apenas lidar com os sintomas da depressão até que eles deixem de existir [...] Livrar-se dos sintomas sem uma profunda mudança interior é análogo a acabar com a febre e deixar inalterada a infecção que a provocou” (p.63–64).*

## Objetivos do trabalho

O trabalho teve como objetivo geral evidenciar os efeitos da Arteterapia, aplicada a mulheres com depressão e em tratamento grupal em um ambulatório público de saúde mental no município de Paulínia-SP, visando a implantação de ateliês arteterapêuticos como modalidade terapêutica no serviço.

Os objetivos específicos foram: analisar os benefícios da utilização do movimento expressivo associado à produção plástica, para a melhoria da qualidade de vida da clientela estudada e realizar a análise evolutiva do processo de uma das participantes em caráter ilustrativo das vivências do grupo

## A intervenção: percursos e métodos

O trabalho constituiu-se uma pesquisa e intervenção conciliadas, ocorridas durante o período de estágio supervisionado, o qual foi exigência do curso de especialização em Arteterapia da UNICAMP. Ele é resultado não só da necessidade de estágio da autora principal, mas também das reflexões teóricas e práticas da equipe da instituição onde foi desenvolvido, que teve interesse na ampliação e na inovação de técnicas terapêuticas destinadas ao cuidado de pacientes em tratamento no serviço. Trata-se de pesquisa com abordagem metodológica qualitativa - estudo de um grupo de vivências - cuja intervenção seguiu as proposições operacionais da Arteterapia, tendo como apoio teórico a psicologia analítica de Carl Gustav Jung.

O protocolo de pesquisa (nº 731/2010) foi aprovado e homologado na VIII Reunião Ordinária do Comitê de Ética em Pesquisa Faculdade de Ciências Médicas da UNICAMP, em 24 de agosto de 2010. As participantes receberam orientações prévias sobre as etapas e procedimentos da pesquisa, bem como sobre os aspectos éticos da mesma, tendo assinado o Termo de Consentimento Livre e Esclarecido, de acordo com as normas de pesquisa com seres humanos, definidas na Resolução 196/96 do Conselho Nacional de Saúde do Brasil.

O grupo participante da pesquisa foi inicialmente composto por nove mulheres, com faixa etária entre 38 e 70 anos, com baixa escolaridade, exceto uma que concluiu o ensino médio. A maioria era casada. Quanto ao aspecto profissional, duas estavam inseridas no mercado informal de trabalho; uma, embora afastada por doença, tinha vínculo empregatício; as demais não exerciam nenhuma atividade profissional. Das sete mulheres que permaneceram na pesquisa até sua conclusão, seis faziam uso de medicação antidepressiva e ansiolítica. Apenas uma das participantes do grupo não fazia uso de medicação.

A inclusão de cada participante no grupo foi definida por um ou mais membros da equipe técnica, constituída por psiquiatras, psicólogas, assistentes sociais e enfermeiras, atendendo prioritariamente os seguintes critérios:

- diagnóstico médico de depressão (quadro leve ou moderado);
- grande sofrimento psíquico, com baixa estima e sentimento de vazio existencial;
- quadros de dores no corpo, sem causas clínicas investigadas;
- pouca ou demorada resposta ao uso de antidepressivos, associados ou não a ansiolíticos;
- dificuldade de subjetivação de suas queixas;
- sem indicação ou motivação para psicoterapia verbal.

Foram critérios de exclusão: quadros depressivos graves, psicoses e outros transtornos com sintomas de exaltação do humor ou aumento da energia (mania). Houve desistência de duas participantes após a segunda sessão, sem justificativa prévia, tendo o grupo permanecido com sete sujeitos até a oitava sessão, uma vez que, após a oitava sessão, uma das mulheres submeteu-se a uma cirurgia, tendo que se afastar do grupo no período



de sua recuperação. O fato de o grupo ser constituído por mulheres, não é opção da pesquisadora, estando atrelado provavelmente à maior prevalência de mulheres com quadro depressivo ou a outro fator desconhecido, o que não constituiu matéria deste estudo.

O estudo foi realizado em um ambulatório público de saúde mental no município de Paulínia-SP, no estado de São Paulo. O relato de cada sessão durante o período de aplicação da pesquisa é parte integrante do documento comprobatório de estágio supervisionado, ocorrido ao longo de seis meses, no período de junho a dezembro de 2010. Os trabalhos plásticos originais, bem como as fotografias e digitalizações dos mesmos, ficaram arquivados sob responsabilidade da pesquisadora principal, com o intuito de subsidiar as reflexões, a análise e as considerações finais da pesquisa.

Na ocasião da devolutiva dos resultados aos sujeitos da pesquisa, os trabalhos plásticos foram devolvidos. A coleta de dados aconteceu no período de setembro a dezembro de 2010, perfazendo um total de 12 sessões. Cada sessão, com intervalo semanal, teve a duração média de duas horas.

Os materiais mais utilizados nas sessões foram:

- papel Sulfite A4 e papel tipo Canson A3 e A4 de diferentes gramaturas e cores;
- materiais plásticos gráficos e pictóricos, tais como: giz pastel seco e oleoso; lápis de cor; guache; tinta plástica; tinta acrílica; massa de modelar; pincéis de diversos tamanhos;
- materiais adesivos, cortantes e de limpeza, tais como: cola branca; tesoura; pano de limpeza, papel toalha e pote para água;
- materiais sonoros: aparelho de som; CDs e instrumentos de percussão;
- outros materiais de apoio: bolinhas de tênis, bambus, lenços de tecido; retalhos e revistas; flutuadores de espuma; colchonetes.

As escolhas dos materiais de cada sessão atenderam aos seguintes critérios:

- adequação ao momento do grupo, à atividade proposta e à técnica utilizada;
- potencial do material para a expressão dos sujeitos em cada atividade específica.

As sessões tiveram como objetivo geral o trabalho expressivo, corporal e plástico, para despertar a consciência de si, estimular a expressão de si e facilitar a consciência de totalidade do SER. Nos ateliês arteterapêuticos foram utilizadas técnicas plásticas, cujos objetivos foram anteriormente descritos e o Movimento Expressivo, que foi o ponto de partida de cada sessão. Serviram de apoio à aplicação do Movimento Expressivo:

- as técnicas de movimento e integração psicocorporal do sistema Rio Aberto, baseadas nos centros de energia, nas plásticas corporais gregas (apolínea e dionísia) e nas práticas orientalistas;
- os três elementos básicos constitutivos do movimento estudados por Laban: espaço, tempo e energia.

Espaço, tempo e energia, segundo Pereira (2009) são variáveis interdependentes no que se refere ao movimento, constituindo-se uma unidade indivisível, não se podendo, pois, conceber um movimento sem um destes elementos. O trabalho foi proposto prioritariamente em roda, pelo caráter arquetípico desta. Cada ateliê foi iniciado com a preparação do corpo, por meio de exercícios de aquecimento, alongamento, descontração e esvaziamento dos pensamentos, com vistas à criação de clima favorável ao trabalho. Tais exercícios evoluíram para outros de mobilização básica, cujo fundamento é o movimento da energia, pulsação básica da vida. Os principais elementos trabalhados na etapa do Movimento Expressivo foram:

- a auto-observação, o cuidado com a postura, a identificação de pontos de apoio e de tensão e a escuta do próprio corpo;
- a experiência e alternância de ritmos: caminhando lento, caminhando rápido, correndo;
- a respiração em seus vários aspectos: fisiológico, energético e psicológico, com o objetivo de facilitar a descoberta de novos espaços interiores;
- a movimentação pelo espaço, explorando as alturas expressivas (baixa, média e alta);
- a atenção aos hábitos posturais, para criar possibilidades para o surgimento de outras formas de estar e de ocupar o espaço;
- a dança imitativa, criativa e de improviso, individual, em duplas e coletivamente;
- o jogo, o contato, a expressão e a mímica, com o intuito de propiciar a experiência do lúdico e permitir a criação de um novo lugar na relação com o outro;
- o trabalho da voz, por meio do canto, da evocação de mantras, da escuta e da imitação de sons diversos;
- o silêncio, o relaxamento e a meditação, para propiciar a conexão interna com os aspectos conhecidos e desconhecidos, conscientes e inconscientes do SER;
- a automassagem e o toque sutil, para exercitar o autocuidado e a percepção do corpo energético;
- a transição por pares de opostos, com a intenção de criar a síntese e caminhos para a harmonização do SER.

Nas vivências grupais acima referidas, teve lugar de destaque o trabalho das polaridades, um dos instrumentos de grande utilidade para o autoconhecimento e o enriquecimento da capacidade expressiva.

Apolo e Dionísio são as personagens de narrativas mitológicas que melhor representam as polaridades no comportamento humano, pois são arquétipos da psique humana. No plano arquetípico, as polaridades revelam a dualidade da existência humana. Nietzsche (2008), em sua obra, *O Nascimento da Tragédia*, por meio dos mitos de Apolo e Dionísio, faz minucioso estudo sobre o conflito interno que a dualidade da existência humana revela. Para o autor o equilíbrio entre estes dois princípios é o caminho para a harmonia e a autonomia do ser humano.

As personagens míticas, ou seja, os arquétipos, Apolo e Dionísio, carregados de simbologia e significado,

fazem parte da cultura de diversos povos e facilitam a reflexão sobre as questões universais da realidade humana. Jung, em vários de seus escritos, manifesta que a síntese dos opostos é a meta do processo de individuação.

Com base nisto, durante a maioria das sessões nos ateliês arteterapêuticos, foi priorizado o trabalho de transição por diversos pares de opostos, tendo como base o significado arquetípico dos movimentos apolíneos e dionisíacos. Com diversos tipos de exercícios, foi estimulada, durante a dança, ora a transição por movimentos propiciadores de força centrípeta, racional, estruturada, contida, disciplinada (como Apolo, Deus grego, representante da beleza e da racionalidade), ora a transição por movimentos propiciadores de força centrífuga, com livre curso da expressão das emoções, indisciplinada, sem coerência, irracional, muitas vezes caótica para o grupo e para cada uma individualmente (como o Deus grego, Dionísio, tão entregue às paixões e à irracionalidade).

Transitar por estas polaridades dava a cada uma e ao grupo a possibilidade de experimentar a alternância entre a ordem e o caos, a certeza e a incerteza, o estável e o instável, num treino para a vida. Para acudir tal instabilidade e falta de certeza muitas vezes gerada no grupo, era necessário criar-se uma contrapartida, ou seja, o experimento de uma força ou energia contrária ao caos, imperturbável, contemplativa, nem expandida nem contraída, tampouco ancorada na lógica apolínea ou na paixão dionisíaca. Por isto foram propostos, quando convenientes e necessários, movimentos orientalistas, constituídos por exercícios meditativos e por momentos de silêncio que, mais voltados para a consciência do eixo e do equilíbrio, são fatores importantes para o esvaziamento dos pensamentos e das preocupações, bem como para o equilíbrio energético.

A experiência com exercícios corporais, jogos e danças, propícios à transição por estas três plásticas (apolínea, dionisíaca e orientalista) permitiram ao grupo a experiência arquetípica do organizar/desorganizar, harmonizar/desarmonizar, contrair/expandir, estruturar/desestruturar, com o intuito de favorecer, por meio do Movimento Expressivo e em contexto protegido (o *setting* terapêutico) o desenvolvimento de habilidades para lidar com forças oponentes na vida, as quais com muita frequência incomodam e desestabilizam.

A segunda etapa de cada ateliê arteterapêutico foi constituída pelo processo de representação plástica, cujo ponto de partida era o contato com o material proposto, seguido do diálogo de cada uma com seu mundo subjetivo, sempre com a consigna da possibilidade de realizar a expressão livre de conteúdos mobilizados na vivência com o movimento expressivo (sensações, sentimentos, lembranças ou imagens). Em cada sessão, após a expressão plástica, houve o momento de troca de experiências na *roda de conversa*, cujo objetivo era dar espaço para quem desejasse compartilhar suas produções artísticas e as emoções surgidas. Na maioria das sessões houve um quarto momento que era o de identificar semelhanças e diferenças entre os trabalhos individuais, agrupando-os para uma criação coletiva.

### **Análise, interpretação e discussão de dados**

O registro dos dados foi baseado nos diários de campo dos relatos verbais, ocorridos ao longo das sessões, mais especificamente na roda de conversa. Os diários de campo foram elaborados de forma compartilhada com a co-terapeuta no final de cada sessão. A análise dos dados do grupo baseou-se nos relatos verbais, no trabalho expressivo corporal e nas produções plásticas. A análise dos dados do caso exemplificado baseou-se em duas vertentes: a corporal expressiva e a artística plástica, considerando-se sempre o momento em que foram realizadas as atividades e sua correlação com os relatos verbais e com a história de vida da paciente.

A análise do trabalho expressivo do caso exemplificado, em caráter ilustrativo, teve como instrumentos: a observação das características psicofísicas, antes, durante e depois das atividades de Movimento Expressivo e a avaliação da série de trabalhos plásticos, seguindo alguns dos pontos focais para a análise de desenhos sugeridos por Furth (2004) e o Roteiro de Valladares (2005). Foi priorizada para a análise final de dados do grupo a sequência dos trabalhos expressivos de cinco sujeitos com nenhuma ou com o menor número de faltas às sessões. Os nomes das pacientes referidos ao longo do trabalho são fictícios para que haja preservação de seu anonimato. Não foram analisados os trabalhos expressivos de duas participantes que tiveram grande número de faltas.

No estudo foi descrita de forma detalhada a anamnese de cada participante, incluindo o diagnóstico médico e os sintomas iniciais relatados pelas mesmas na ocasião do acolhimento no serviço. As 12 sessões foram registradas em sua íntegra no diário de campo, incluindo o registro dos nomes (fictícios) das participantes presentes e ausentes, incluindo as estratégias e os recursos metodológicos utilizados, tanto no trabalho corporal quanto no trabalho de expressão plástica e na roda de conversa.

Nas onze sessões iniciais, o trabalho corporal foi feito em grupo e as produções artísticas plásticas foram feitas individualmente. Na 12ª sessão, por ser a última e se tratar de um momento avaliativo, o trabalho foi feito totalmente em grupo e a expressão plástica foi realizada coletivamente. O registro dos dados foi baseado nos diários de campo dos relatos verbais ocorridos ao longo das sessões, mais especificamente na roda de conversa.

Os diários de campo foram elaborados de forma compartilhada com a co-terapeuta no final de cada sessão. A análise dos dados do grupo baseou-se nos relatos verbais, no trabalho expressivo corporal e nas produções plásticas dos sujeitos. Foi priorizada para a análise final de dados do grupo a sequência dos trabalhos expressivos de cinco sujeitos com nenhuma ou com o menor número de faltas às sessões.

**Jasmim** afirma que melhorou muito dos sintomas depressivos e das dores. Conta que apesar de haver dias em que não tinha vontade de desenhar, foi um trabalho que a ajudou e que todas as pessoas notam sua mudança. Compartilha com o grupo que em seus momentos de desânimo o marido insistia para não faltar, apontando-lhe suas mudanças. Refere estar lidando melhor com os problemas. Sobre seu crescimento pessoal diz: *“eu não entrava na água”* (referindo-se à hidroginástica indicada como tratamento para suas dores). Conta que está conseguindo perder os medos e diz: *“agora, o que não sei, quero experimentar... Eu estou admirada comigo mesma; faço coisas que não sabia fazer e que não arriscava; agora vou aprender a andar de bicicleta”*.

Para **Safira** *“o grupo foi uma boa troca de energia de umas com as outras”*, mesmo tendo sido trazidos pelas participantes tantos problemas. Sente que expressou, liberou coisas boas e ruins por meio da arte. Sobre a interferência das outras no desenho comenta: *“dá para sentir que uma precisa da outra, que houve o complemento do trabalho. Isso faz bem; une”*.

**Jóia** compartilha que foi bom; que aprendeu muito. Diz que *“apesar das faltas, o grupo ajudou a abrir a mente e deu forças para lutar”*. Sobre as faltas ao grupo comenta: *“eu ficava resolvendo coisas; ficava lá, mas sentia que tinha que estar aqui”*.

**Rosa** diz: sobre o grupo: *“ajudou muito; o dia fica ótimo quando venho aqui. Ficar perto das outras me ajudou”*.

**Flor** afirma ter melhorado muito. Dá um exemplo concreto acontecido no fim de semana. Diz: *“antigamente eu não gostava de muita gente em casa; me desesperava. No fim de semana (festa de aniversário da neta) fiquei feliz o dia todo, eu me ajuntei”*... *“A gente às vezes quer dar o melhor, se exige e não dá, porque quer dar bonito. Dessa vez eu relaxei e me dei... eu não me exigi”*.

Sobre a experiência no grupo comenta: *“eu vim atrás de saúde e estou tendo prazer, lazer, mudança com os desenhos e com as outras. É bastante coisinha pra gente sair inteira: ginástica, desenho, música, dança”*.

Após as avaliações o grupo tenta escolher um título para o trabalho, entre os quais: *harmonia, paz, natureza, caminhos, união*, mas não há consenso sobre um único nome. A avaliação final das mulheres é a de que a participação no grupo abriu caminhos para o seu crescimento e a sua transformação, tendo possibilitado a experiência de paz, harmonia, união e melhor qualidade de vida.

Com base na avaliação positiva de suas experiências no grupo as participantes da pesquisa solicitaram a continuidade do trabalho nos ateliês arteterapêuticos. Para ilustrar o caminho percorrido e os efeitos da Arteterapia aplicada ao grupo da pesquisa, as autoras optaram por apresentar a síntese do percurso de uma das participantes – a **Esmeralda** -, cujo processo apresentou-se mais rápido e mais evidente.

### Caso Esmeralda

Nas primeiras sessões do grupo Esmeralda demonstra pouca familiaridade com seu próprio corpo e é significativa sua falta de coordenação motora. Ocupa muito timidamente o espaço físico da sala, mesmo quando a consigna é explorá-lo e dele se apropriar o máximo. No início do trabalho nos ateliês apresenta desarmonia na distribuição da energia do centro básico, representada pela suavidade do contato dos pés com o chão. Esmeralda, mesmo sendo obesa, parece voar. Nota-se facilmente a rigidez de seu tórax e a forte tensão muscular na parte superior do corpo, bem como a pouca espontaneidade nos exercícios de mobilização básica, incluindo a dança. Ao longo das sessões de Movimento Expressivo passa a se soltar lentamente, ganhando um pouco mais de desenvoltura.

Começa a perceber o quanto lhe custa sair das posturas rígidas e mecanizadas e passa a transitar com mais propriedade pelos pares de opostos, principalmente os que para ela significam desafio (rigidez/flexibilidade; contensão/expansão e força/debilidade). Na etapa final do trabalho com o Movimento Expressivo chama a atenção a sua evolução. Começa a ocupar mais o espaço e apresenta maior mobilidade e sincronia de seus braços com o restante do corpo. Pode-se inferir que Esmeralda, ainda que inicialmente, tem adquirido maior consciência de seu corpo, ampliado seu repertório gestual e desenvolvido a capacidade de se cuidar.

Nos relatos verbais ocorridos na *roda de conversa* compartilha com frequência a mudança de atitudes no seu cotidiano com a família, ou seja, tem se preservado de ambientes e pessoas que lhe são nocivos e tem conseguido abrir mão do papel de justiceira da família por ela assumido que tão mal lhe faz. Tem procurado ouvir música, relaxar, dançar. Com a mudança de atitudes em seu cotidiano tem obtido como resultado a diminuição progressiva do sentimento de insatisfação que tem lhe acompanhado ao longo dos anos. De um modo geral Esmeralda tem aprendido a correlacionar seus diversos sintomas físicos e emocionais com os fatores desencadeantes destes, desmistificando assim o poder que tem dado a seu diagnóstico de depressão.

As temáticas dos trabalhos plásticos de Esmeralda no início da intervenção são fortemente carregadas de cenas violentas e de perdas. Não se distancia delas, apresentando uma aproximação visceral de todos os problemas retratados. Na maioria de seus trabalhos plásticos aparecem as polaridades: ação/imobilidade; saúde/doença; morte/vida; cuidado/agressão; tristeza/alegria.

As imagens mostram que o olhar para os acontecimentos cotidianos acontece no “cara a cara”; não havendo distanciamento das situações simbolicamente representadas. Em alguns trabalhos se expressa muito afetiva, principalmente nas situações representativas dos laços de família e de amizade, incluindo também as participantes do grupo.

A seguir será descrita a seqüência de seus trabalhos plásticos de Esmeralda. O seu primeiro trabalho de

expressão plástica (**Fig.1** – Desenho Livre) limita-se a um pequeno espaço na parte inferior da folha, sem linha de base, apresentando traçado tênue, pouco visível, com pouca variedade e intensidade de cores. Coloca-se fora da mandala e se representa por meio de uma figura humana incompleta, sem olhos, sem nariz ou boca. Na 2ª sessão (**Fig.1**) aparecem cores um pouco mais fortes, surgindo também uma linha de base que apóia o seu coração representado. Na 3ª sessão (**Fig.1**) não consegue fazer a modelagem e diz que a massinha sem modelar representa sua impotência perante um conflito familiar que compartilha com o grupo. (O neto é vítima de violência doméstica e isto a paralisa, imobiliza).



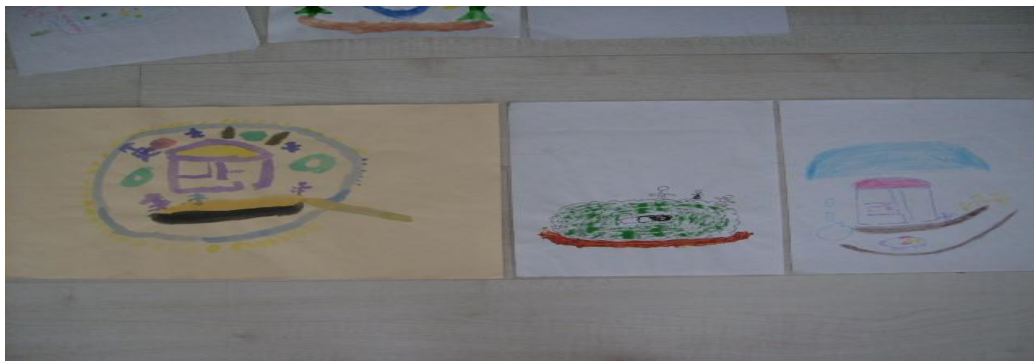
**Fig.1 – Desenho livre: 1ª a 3ª sessões**

A partir da 4ª sessão seus trabalhos plásticos ganham novos símbolos e apresentam novas características: mais centralizados, ocupando melhor o espaço, com mais variedade de símbolos e maior firmeza nas cores. Começa a se incluir na maioria das mandalas. Passa também a desenhar ou pintar formas de contensão ou proteção a si própria, como o chão, o teto, o céu, a terra. Seu 4º desenho (o primeiro da **Fig.2**) começa a apresentar comunicação entre o externo e o interno. Há nítida definição de uma base; o chão está ao lado do espaço vivencial; ela e as crianças (seus netos) brincam nele. Do contorno da mandala há irradiação de luz (pouco nítida por estar na cor amarela).

No 5º e no 6º trabalhos (**Fig.2** – 5ª e 6ª sessões), mesclam-se temas do inconsciente pessoal com o inconsciente coletivo. No 5º trabalho (2º desenho da **Fig.2**) representa uma festividade religiosa muito valorizada em sua terra natal (a festa da padroeira). Desenha na cor verde o Rio São Francisco e dentro dele, deitada em um barco, Nossa Senhora Aparecida sendo louvada por fiéis, incluindo-se entre eles. À margem do Rio São Francisco representa-se entre a madrinha e uma pessoa amada (um homem cuja identidade não revela ao grupo). Conta dos costumes e das alegrias vivenciados nas festividade religiosas de sua cidade natal e chora de saudade de suas raízes.

Em seu 6º trabalho, (3º desenho da **Fig.2**) surgem de forma intensa, porém já protegida pelas polaridades do céu e da terra, os opostos morte e vida. Compartilha a grande dor da doença grave da filha e a ida desta para o Pronto Socorro em uma ambulância que é representada por uma pequena figura situada entre os dois traços na cor marrom que simbolizam o caminho. Nessa produção plástica representa-se dentro e fora da casa ao mesmo tempo. Desenha também seu fígado, coração e rim (pequenas figuras azuis do lado esquerdo da casa) e revela o desejo de doar seus órgãos, se necessário forem, para salvar a vida da filha.

<b>4ª Sessão</b>	<b>5ª Sessão</b>	<b>6ª Sessão</b>
Pintura Tinta Acrílica	Desenho Tinta Plástica	Desenho Giz de Cera



**Fig.2 – 4ª a 6ª sessões**

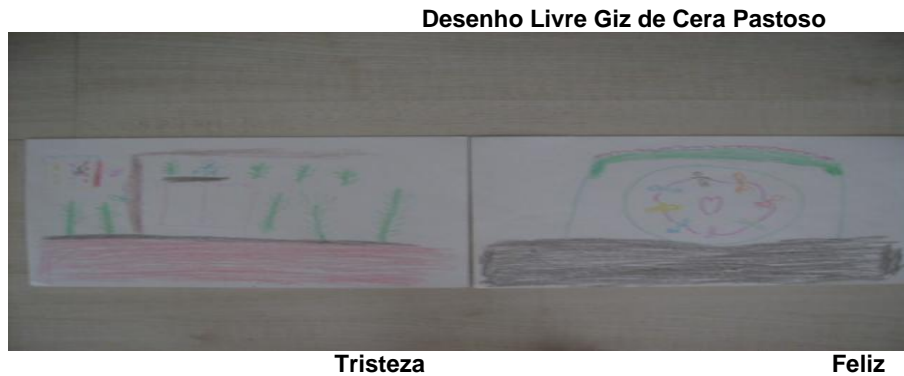
A 7ª, 8ª e 9ª sessões (**Fig.3**) são respectivamente: uma pintura, um desenho livre e um recorte/colagem/com desenho livre. Neles plasma sua dor e sua angústia por estar vivenciando outras situações difíceis, tais como: brigas familiares, tentativa de suicídio do irmão e seu desespero pelo risco de morte iminente da filha. Na 8ª sessão (**Fig.3**), ocorrida após o feriado de finados, desenha túmulos no cemitério e representa o seu coração enterrado em um deles. Nesse dia está triste com as brigas familiares e com saudade de uma pessoa amada, já falecida.

Na 9ª sessão (**Fig.3**), representa as polaridades vida/morte, alegria e dor. Chora muito e compartilha com o grupo o desejo de ver a filha saudável, cheia de vida, “como a moça da banheira” (referindo-se ao recorte e colagem na parte superior da folha). Na parte inferior do trabalho, desenha a si mesma “dentro de um deserto”, com seu coração “explodindo por causa da pedrada na cabeça”. Esta fala se refere à dor da notícia do risco de morte da filha de 26 anos, acometida de doença renal crônica.



**Fig.3 - 7ª a 9ª sessões**

Na 10ª sessão da qual participou (a penúltima do grupo) Esmeralda se representa por meio de dois desenhos (um par de opostos) que chama de *Tristeza* e *Feliz* (**Fig.4**). Aborda mais uma vez a temática das oposições em sua vida: o passado e o presente, a alegria e a tristeza, a união e a desunião.



**Fig.4 - 10ª sessão**

Compartilha com o grupo que a *Tristeza* representa uma situação de seu passado não muito remoto, quando não se cuidava e fazia uso de etílicos. Representa tal situação desenhando o percurso que fazia até um alambique, situado dentro de um canal, não muito longe de sua casa. Lá comprava pinga e bebia muito, não dando conta da casa nem dos filhos, o que gerava culpa e conflitos na família. Sobre o desenho que chama de *Feliz*, conta que o mesmo representa uma situação atual que é a sua vivência no grupo; vivência esta que permite que o seu coração se coloque no centro da roda, de mãos dadas, expressando livremente o seu amor por todas e a reconciliação consigo própria.

Em seu primeiro trabalho, na primeira sessão do grupo, representa-se fora da roda, incompleta (sem olhos, sem nariz ou boca) e sem uma linha de base. No último, porém, representa-se inteira, sustentada por boa porção de terra, de mãos dadas com todas as parceiras do grupo e com seu coração no centro da mandala. Para Chevalier & Gheerbrant (2009), a roda está presente na maioria das culturas como um símbolo solar e também como representação do mundo, da mudança, *das formas da existência*, exprimindo também a evolução do universo e da pessoa, simbolizando ainda a regeneração e a renovação. Para Jung (2006) a roda, círculo, ou *mandala*, é um dos símbolos básicos do centramento, do *si-mesmo*.

O percurso de Esmeralda no grupo oferece sinais de que a participação dos ateliês arteterapêuticos abriu caminhos para o seu crescimento, transformação e sentimento de inteireza. No início do trabalho corporal apresentava grande rigidez fisiopsíquica: tensão, dores e pouco *grounding*; ocupava pouco o espaço físico da sala e seu vocabulário gestual era restrito. Seus trabalhos plásticos iniciais apresentavam ocupação tímida do espaço do papel. Ainda que bem estruturado, coerente e com boa diversidade de cores, seu traçado continua sendo tênue. Suas criações de uma maneira geral ainda são carregadas de cenas de sofrimento, de perda e de violência; situações freqüentes no meio em que vive, porém as tem encarado com mais leveza.

Terminado o processo da pesquisa, no aspecto fisiopsíquico, apresenta uma postura mais ereta, “de cabeça erguida”, como ela própria afirma; parece ter ampliado o seu vocabulário gestual e refere significativa melhora dos quadros de imobilidade e de dores. A série de seus trabalhos plásticos evidencia que por meio da arte pôde se comunicar, se expressar, transitar por suas polaridades, atualizar potencialidades e, acima de tudo, se conhecer melhor e se cuidar.

## **Considerações Finais**

Ao analisar o comportamento, as produções plásticas e os depoimentos das participantes do grupo ao longo dos três meses da pesquisa, percebe-se que as vivências expressivas propiciaram o contato com algumas dimensões adormecidas em suas vidas, tais como: o feminino, a corporeidade, a sensibilidade, a força e suas diversas potencialidades. Por meio do dançar e do fazer artístico puderam entrar em contato e se expressar com o corpo, não só como matéria, mas também com sua dimensão lúdica e simbólica, o que favoreceu a compreensão de que sua rigidez, dores e travas muitas vezes estavam mais além de perturbações meramente físicas ou de sintomas depressivos. A participação dos ateliês arteterapêuticos não só facilitou a vivência da unidade corpo/psique, como também permitiu a experiência de totalidade do ser, muitas vezes compartilhada nas rodas de conversa.

Transitar pelos espaços físicos por meio da dança e também pelos espaços do papel, por meio das tintas e das cores, permitiu às mulheres a experiência de liberdade criadora e a possibilidade de apropriação de seus espaços de uma maneira nova, não só no *setting* terapêutico, mas também levando as experiências para o cotidiano de suas vidas. Por meio das vivências artísticas puderam de maneira lúdica e pedagógica estabelecer o diálogo do consciente com o inconsciente, dando vazão a experiências sofridas, compreendendo-as e se apropriando de novos recursos para lidar com os conflitos.



Mesmo com pouca habilidade para lidar com os materiais e com as técnicas de expressão plástica e corporal, coisa nova em suas vidas, as mulheres do grupo conseguiram desenvolver percepções e sensibilidades, descobrindo novos recursos e atualizando potencialidades. O espaço da roda de conversa, tão propício a quem reclamava de vazio existencial e de falta de sentido para a vida, tornou possível que cada uma encontrasse, em seu tempo, um lugar no grupo, o que propiciou espaços para sentir, chorar, rir e compartilhar, quando esta era sua necessidade.

O afeto, a escuta e o acolhimento ocorridos no grupo favoreceram a criação e o fortalecimento de vínculos entre as participantes, dando a elas suporte para transpor para a vida a experiência de escuta e de partilha experimentada nas vivências. O que se pode observar na trajetória do grupo é que a expressão corporal e plástica, realizada ao longo das vivências grupais, ajudou no alívio de tensões, facilitou a comunicação e a expressão de si, despertando o interesse pelo autoconhecimento e pelo autocuidado.

Almeida (2009a) citando os últimos escritos do filósofo Foucault e concordando com as idéias do autor, afirma que subjetivação e “cuidar de si” estão intimamente ligados ao autoconhecimento e que este implica em uma prática e em um exercício constante que inclui a criação de um espaço para as conversas, para o silêncio interior e o voltar-se para o cultivo da consciência. Tal afirmação nos remete às primeiras discussões da equipe do serviço de saúde mental de Paulínia, quando a mesma se empenhava em estabelecer os critérios de inclusão dos sujeitos no grupo da pesquisa/intervenção. O primeiro critério surgido, não por acaso, foi “*pacientes com dificuldades de subjetivação de suas queixas*”, o que de alguma maneira fazia a equipe vislumbrar a importância e a necessidade de outras vias que não as de expressão verbal para o acesso das pacientes ao seu mundo interior e a uma melhor qualidade de vida.

A dinâmica do trabalho, ao longo de seis meses de estágio e de três meses de realização da pesquisa, evidencia que a equipe acertou em sua aposta, pois as mulheres em questão não só relataram os inúmeros benefícios ocorridos ao longo das vivências grupais como também solicitaram a continuidade do trabalho, tendo sido implantado o ateliê arteterapêutico como modalidade terapêutica no Ambulatório de Saúde Mental de Paulínia. A partir dos resultados positivos do trabalho realizado no grupo de mulheres, pode-se considerar que a Arteterapia mostrou-se uma modalidade terapêutica com resultados rápidos e eficazes na intervenção ambulatorial em saúde mental, o que pode ser uma reflexão para outras equipes viabilizarem a implantação de ateliês arteterapêuticos como modalidade terapêutica em saúde mental.

## Referências

ALMEIDA, V. L. P. Movimento expressivo: a integração fisiopsíquica através do movimento. In: ZIMMERMANN, E. (Org). **Corpo e individuação**. São Paulo: Vozes, 2009a. p.15-38.

\_\_\_\_\_. **Corpo poético**: o movimento expressivo em C.G Jung e R. Laban. São Paulo: Paulus, 2009b.

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

CIORNAI, S. Arteterapia gestáltica. In: CIORNAI, S. (Org). **Percursos em Arteterapia**: Arteterapia gestáltica, arte em psicoterapia, supervisão em Arteterapia. São Paulo: Summus, 2004.

CHEVALIER, J.; GHEERBRANT, A. **Dicionário de símbolos**: mitos, sonhos, costumes, gestos, formas, figuras, cores, números. 10. ed. Rio de Janeiro: José Olympio, 2009.

OMS. **CID-10** (Classificação Internacional de Doenças) Ministério da Saúde/DATASUS – Departamento de Informática do SUS. Disponível em [http://cid10.datasus.gov.br/webhelp/f30\\_f39.htm](http://cid10.datasus.gov.br/webhelp/f30_f39.htm): Acesso em 07/01/2011.

DALGALARRONDO, P. **Psicopatologia e semiologia dos transtornos mentais**. Porto Alegre: Artmed, 2000.

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

GONÇALVES, T. F. Questões acerca da Arteterapia. In: GONÇALVES, T. F.; BONAFÉ, M. S. (Orgs.). **Arteterapia com grupos**. São Paulo: Casa do Psicólogo, 2010. p.27- 43.

HALL, J. A. M. D. **A experiência junguiana**: análise e Individuação. Coleção Estudo de Psicologia Junguiana por Analistas Junguianos. São Paulo: Cultrix, 1986.

JUNG. C. G. **Memórias, sonhos e reflexões**. Rio de Janeiro: Nova Fronteira, 2006.



\_\_\_\_\_. **O Eu e o inconsciente**. 21. ed. Petrópolis, RJ: Vozes, 2008a.

\_\_\_\_\_. **Os arquétipos e o inconsciente coletivo**. Petrópolis, RJ: Vozes, 2008b.

NIETZCH, F. **O nascimento da tragédia ou helenismo e pessimismo**. São Paulo: Companhia de Bolso, 2008.

PEREIRA, P. J. B. Reflexões sobre movimento e imagem. In: ZIMMERMANN, E. (Org). **Corpo e individuação**. São Paulo: Vozes, 2009. p.205- 246.

PHILIPPINI, A. **Universo junguiano e Arteterapia**. 1995. Disponível em <http://www.Arteterapia.org.br> Acesso em 10/12/2010.

SAMUELS, A.; SHORTER, B.; PLAUT, F. **Dicionário crítico de análise junguiana**. 2003. Consultoria Editorial SBPA. Edição Eletrônica. Tradução Pedro Ratis e Silva (Disponível em <http://www.rubedo.psc.br>. Acesso em 30/12/2010.

SILVEIRA, N. **Jung: vida e obra**. Rio de Janeiro: Paz e Terra, 2007.

\_\_\_\_\_. **Imagens do inconsciente**. Rio de Janeiro: Alhambra, 1992.

STEIN, M. **O mapa da alma: uma introdução**. São Paulo: Cultrix, 2006.

VALLADARES, A. C. A. **A Arteterapia humanizando os espaços de saúde**. São Paulo: Casa do Psicólogo, 2008. Coleção Arteterapia.

\_\_\_\_\_. Manejo arteterapêutico no pré-operatório em pediatria. **Rev. Eletrônica de Enfermagem**. Goiânia: UFG, v.6, n.1, p.110-115, 2004. Disponível em [www.fen.ufg.br/revista](http://www.fen.ufg.br/revista)

\_\_\_\_\_. Roteiro de avaliação dos aspectos de análise qualitativa da representação plástica em Arteterapia, In: ORMEZZANO, G. (Org.). **Questões de Arteterapia**. 2a ed. Passo Fundo, RS: UPF, 2005. p.15-32.

VASCONCELOS, E. A.; GIGLIO, J. S. **Arte na psicoterapia: imagens simbólicas em psico-oncologia**. São Paulo: Vetor, 2006.

ZIMMERMANN, E. B. Individuação em contato com o corpo simbólico. In: ZIMMERMANN, E. (Org). **Corpo e individuação**. São Paulo: Vozes, 2009. p.155- 203.

\_\_\_\_\_. **Integração de processos interiores no desenvolvimento da personalidade**. Campinas: UNICAMP. 1992. Dissertação de mestrado em saúde mental.

## 2 - O ALIMENTO COMO FACILITADOR NO PROCESSO ARTETERAPÊUTICO

**Patrícia Rose Teixeira Moreira**

Orientadora: Prof<sup>ª</sup> **Lívia Pessoa Campello**

**Resumo:** Unir arte, cores, comida, nutrição emocional e partilha é o que será apresentado neste artigo. O mesmo tem por objetivo elucidar o quanto o processo arteterapêutico pode ser beneficiado com o auxílio de alguns alimentos. No estágio referente à conclusão da pós em Arteterapia realizado em um asilo de senhoras situado na cidade de Maceió pôde-se constatar que quando o elemento comida foi introduzido nos encontros, o grupo se mostrava mais alegre, falante e até bem humorado. A partir dessa observação foi inevitável não se deparar com a importância do se sentir nutrido, e o significado deste ato nos vazios que estavam sendo preenchidos.

**Palavras-chave:** Alimentação, Nutrição, Arteterapia, Preenchimento, Emoção e infância.

### Food as a facilitador in the process art therapyc

**Abstract:** Uniting art, colors, food, nutrition and emotional sharing is what will be presented in this article. The same aims to elucidate how the art therapy process can be benefited with the help of some foods. On stage on the conclusion of the post in Art Therapy held in an asylum for ladies located in Maceio it could be seen that when the food element was introduced in the meetings, the group showed more cheerful, talkative and even humorous. From this observation it was inevitable there come across the importance of feeling nourished, and meaning of this act in the voids that were being filled.

**Keywords:** Food, Nutrition, Art therapy, Padding, Emotion and childhood.

### Alimentos como facilitador en el proceso arteterapéutico

**Resumen:** Uniendo arte, los colores, los alimentos, la nutrición y el intercambio emocional es lo que se presenta en este artículo. La misma tiene como objetivo dilucidar cómo el proceso de la terapia de arte puede ser beneficiado con la ayuda de algunos alimentos. En el escenario de la celebración de la entrada en La terapia del arte celebrada en un asilo para mujeres ubicado en Maceió, se podía ver que cuando el elemento de alimentación se introdujo en las reuniones, el grupo mostró más alegre, hablador e incluso humorístico. A partir de esta observación era inevitable que venga a través de la importancia de sentirse nutridos, y el significado de este acto en los vacíos que se llenaban.

**Palabras-clave:** Alimentos, Nutrición, Arteterapia, El relleno, La emoción y la infancia.

### Introdução

Todo ser humano tem necessidades que por algum momento não foi atendida na primeira infância, termo utilizado por Freud em 1896 para designar a fase de zero a três anos de idade. Essa necessidade pode levar a uma fome emocional, um estado de vazio, que a comida pode ser usada para satisfazer esse estado momentâneo. O doce, é um bom exemplo, é muito ingerido e desejado quando nos sentimos carentes e solitários (EWALD, 2011).

Para a Associação Americana de Arteterapia:

*A Arteterapia baseia-se na crença de que o processo criativo envolvido na atividade artística é terapêutico e enriquecedor da qualidade de vida das pessoas, tanto das que experienciam doenças, traumas ou dificuldades de vida, como das que buscam desenvolvimento pessoal. Por meio do criar em arte e do refletir sobre os processos e trabalhos artísticos resultantes, as pessoas podem ampliar o conhecimento de si, dos outros, aumentar sua autoestima, lidar melhor com sintomas, estresse e experiências traumáticas, desenvolver recursos físicos, cognitivos e emocionais e desfrutar do prazer vitalizador do fazer artístico (GEHRINGER, 2005).*

A Arteterapia é um campo profissional que se utiliza de recursos artísticos e expressivos com o intuito de ajudar o indivíduo a se conectar com conteúdos internos. De forma lúdica vai trazendo à tona imagens cheias de significados. A Arteterapia resgata o potencial criativo do homem, buscando a psique saudável e estimulando a autonomia e transformação interna, para reestruturação do ser.

Os objetivos da Arteterapia são favorecer o processo terapêutico; entrar em contato com conteúdos internos e muitas vezes inconscientes; expressar sentimentos e atitudes, até então desconhecidos, possibilitar catarse emocional de forma direta e não intencional; garantir flexibilidade no processo, considerando que cada pessoa deve ter o seu tempo operacional, dentro do seu enquadre; propor um espaço de criação e de facilitação da comunicação verbal e não verbal; proporcionar a comunicação de ideias e emoções; tornar a pessoa mais criativa e mais independente durante as vivências na Arteterapia.

Baseado nos resultados obtidos em diversas áreas constata-se que a Arteterapia é um eficiente instrumento para trabalhar pessoas em diferentes idades. Com um grupo de idosas não é diferente, elas podem mergulhar na imensidão de possibilidades que esta ferramenta é capaz de possibilitar.

## Metodologia

A Arteterapia foi um facilitador do processo de construção de laços, da busca pela identidade e de uma melhor qualidade de vida no grupo de asiladas que foi acompanhado, sendo o estágio realizado em dupla, no período de maio a dezembro de 2011. O objetivo não era utilizar a comida como meio de sensibilização dos encontros, no entanto quando era a semana do dia do aniversário de alguma das integrantes do grupo, era organizado um lanche diferente, levando-se bolo, refrigerante, pão recheado, sorvete, salgadinhos. A receptividade era outra, serem lembradas já trazia uma alegria ao dia e a atividade fluía, elas usavam mais cores nos trabalhos, participavam mais, lembravam-se de suas experiências com a mãe, quando eram crianças e quando foram cuidadas.

Percebeu-se que havia a possibilidade de explorar e desenvolver atividades usando alimentos, introduzindo algumas atividades a fim de trazer essa satisfação ao grupo. A alegria das cores, o processo de criar e a nutrição pelo alimento foram provocadores de uma ressignificação do comportamento do grupo. O preparar do espaço e colocá-las ao redor de uma mesa, onde se dava o início desse processo nutridor, onde as mesmas observavam todos os movimentos e comentavam “que ninguém fazia aquilo por elas”, referindo-se ao limpar e organizar um local para que elas pudessem ficar mais à vontade.

O cuidado com o material expresso foi outra forma de demonstrar que elas eram importantes e que alguém se preocupava com elas. O que o grupo produzia elas podiam levar ou deixar no espaço terapêutico, onde eram guardados com o nome de cada uma. Vários materiais foram utilizados para auxiliar na execução das atividades: giz de cera, lápis de cor, hidrocor, cola colorida, sementes variadas, folhagens, gravetos, argila, tinta a dedo, pincel, cola branca, areia colorida, imagens de revistas, palitos de madeira, conchas do mar, algodão, flores, fitas, continhas, miçangas, massa de modelar, pastilhas de potes de xampu – material reciclado, tesouras, contos, fábulas, metáforas. Ainda foram criados, com o auxílio delas, sachês para elas perfumarem suas gavetas, sendo realizados também trabalhos com toques, massageando com hidratante perfumado as mãos, o rosto e os pés. O objetivo era sempre de resgatar a autoestima, a alegria e o despertar para a vida.

As reuniões eram sempre realizadas em volta de mesas, pois estar em círculo trazia a sensação de grupo – família - e estar no mesmo plano que elas servia para demonstrar que havia algo em comum, buscando sempre o respeito e a partilha em tudo que era realizado com elas.

A escuta e os *feedbacks* fechavam esse ciclo. Após concluírem os trabalhos era acolhido o que a prática havia promovido. Havendo espaço para elas falarem, permitindo que seus anseios, desejos e necessidades fossem ouvidos. O momento era rico e sempre emergiam conteúdos.

## Resultados e Discussão

De acordo com Onfray (1999), as cozinhas têm tanta representatividade quanto as pinturas, as sonatas, as esculturas, as peças de teatro e a arquitetura, o autor acreditava que a cozinha era um laboratório, onde o cozinhar e o servir atingem o mesmo grau de expressividade, criação, movimento de soltura, de expansão, de liberação de sentimentos, emoções e tensões que os artistas, escultores e arquitetos atingem em suas criações.

Segundo Tripoli (2010), “assim como o artista ou o artesão toma nas mãos um pedaço de argila e o trabalha como o propósito de criar algo que lhe vem da alma, também a pessoa que cozinha, com os ingredientes que lhe são peculiares, pode criar a sua obra.”

De fato o cozinhar é uma arte, e essa arte tem como nome Gastronomia, que nada mais é que a arte de saborear a culinária. A ideia de arte vem da oportunidade de sair do convencional ou trivial e se ter o prazer na criação, no preparo dos ingredientes, nas escolhas dos temperos, na arrumação dos pratos, no servir, e principalmente o alimento ser apetitoso não só ao paladar, mas apetecer os olhos, o olfato e o coração. Essa arte assim como tantas outras, implica elaboração e apreciação, o prazer de criar e degustar.

Foi realizado um paralelo dessa arte com o que foi construído no grupo de idosas, pois cada momento era preparado, escolhendo os materiais que melhor pudessem tocá-las – ajustando as dificuldades de cada uma, organizando o espaço, e acolhendo as criações e expressões.

No experimento com o alimento não foi utilizado o cozinhar e sim o servir e o degustar. Segundo Tripoli (2010), o momento do elaborar e do apreciar não se encontram separados e o prazer da degustação é o que satisfaz quem preparou o alimento ou organizou para servir. Essa emoção foi vivenciada por várias vezes, pois a alegria era grande em todas as ocasiões em que elas se sentiam diferentes, e quando era alcançado o âmago de suas almas.

Conforme Guattari (1992), a arte culinária funciona em relação à arte, como vetor de existencialização: promove a inclusão, rompe o isolamento, viabiliza a inserção. E isto foi observado no grupo de idosas asiladas, sendo possível constatar como a arte e a comida uniram o grupo, possibilitando inclusive em algumas atividades como o nutrir e o ser nutrida uma pelas outras. Quase todo o tempo elas passam isoladas, cada uma em seu espaço, em suas casas – como as mesmas definiam os seus quartos. Com a chegada da Arteterapia aconteceu um despertar, uma vontade de viver e os sorrisos saltavam dos lábios como de uma criança.

Elas se sentiam motivadas, cantavam, dançavam e até brincavam. Em alguns momentos voltaram a serem crianças, trazendo da memória momentos da infância. Em um dos encontros foi utilizado iogurte de frutas para auxiliar a intervenção, onde a proposta era que elas cuidassem e fossem cuidadas. O que se tinha em mente era que elas se sentiam muito sós e abandonadas, e que era necessário algo para que elas pudessem perceber que podiam contar uma com a outra e que eram uma família.

A ideia era que em círculo – como sempre ocorriam todos os trabalhos - elas pudessem servir a colega que estava ao lado. A experiência provocou vários relatos interessantes, algumas gostaram muito da proposta, outras se negaram a servir a colega e só queriam ser servidas pelos terapeutas.

Falaram que durante o trabalho de nutrição sentiram paz, alegria, carinho, que foi gostoso e engraçado.



**Figs. 1 e 2** – Projeto Cuidar e Ser Cuidada. Lar Bom Samaritano, agosto de 2011. Fonte: arquivo pessoal

Após este momento foi disponibilizado tinta a dedo e bloco de desenho A4 para elas expressarem como foi para cada uma a experiência.



**Fig. 3** – Projeto Cuidar e Ser Cuidada. Lar Bom Samaritano, agosto de 2011. Fonte: arquivo pessoal

As que se recusaram a participar da atividade usaram suas deficiências para não participar dessa etapa. Elas não alimentaram, mas gostaram de serem servidas. Uma colega do grupo comentou que era uma estupidez das duas não quererem participar.

Percebeu-se uma grande satisfação do grupo com a atividade, sentiram-se nutridas e cuidadas. Fora estabelecido em grupo um dia para serem comemorados os aniversários, e no dia combinado era levado o lanche para comemorar as aniversariantes do mês, e como não havia nenhuma nesta semana de intervenção, foi realizado um lanche coletivo. Elas comeram muito e demonstraram satisfação na hora do lanche, onde foi servido bolo de mandioca, refrigerante e salada de frutas.

Uma das senhoras que não quis alimentar a colega, disse não sentir os sabores. Relacionando esta colocação com o momento em que ela estava passando, de fato ela não poderia se sentir bem, pois não se entregou e nem abriu seu coração. No entanto na hora da confraternização, ela comeu e demonstrou prazer na degustação.



**Figs. 4-9** – Projeto Cuidar e Ser Cuidada. Lar Bom Samaritano, agosto de 2011. Fonte: arquivo pessoal



**Fig. 10** - Projeto Cuidar e Ser Cuidada. Lar Bom Samaritano, agosto de 2011. Fonte: arquivo pessoal

O Comer é o fator decisivo, comer é a iniciação. É a partir daí que é realizado um contato com o externo, com o que dar prazer, nutre e preenche. De acordo com Jackson (1999), o primeiro sabor que aprendemos a reconhecer, quando bebês, é o da doçura. Os doces são um dos inocentes prazeres da infância antes que possamos nos imaginar usando dentadura. Elas repetiam muitas vezes o lanche que era levado. De fato a carência alimentar era grande, mas percebia-se o prazer nas colheradas e garfadas dos alimentos bem preparados e cuidados para elas.

*“Repertir a comida é um ritual fundamental de vinculação social em que afirmamos nossa identidade comum como membros de uma família ou grupo”* (JACKSON, 1999, p.110).

O momento em que algumas senhoras se negaram a participar da atividade demonstrou que elas não estavam se sentindo à vontade no grupo e que, naquele momento, não queriam se doar. As dificuldades enfrentadas no dia-a-dia eram trazidas para o grupo, e nesse momento por várias vezes eram facilitados os conflitos vividos entre elas.

Elas não se sentiam em família, o ambiente era frio, elas só se reuniam na hora das refeições, os familiares não iam visitar, o abandono era grande. Tinham como companhia os rádios, que estavam sempre sintonizados nas estações de músicas evangélicas. Quando se estava em grupo era sempre enfatizada a importância das relações, do escutar, do entender as dificuldades de cada uma e principalmente das diferenças.

Durante o período do estágio elas foram desafiadas a participar do processo de construção, pois o sucesso dos encontros dependia também delas. Pois segundo Pain (2009), o terapeuta tem a função de facilitar o processo e possibilitar a tomada de consciência, mas o artíst (termo utilizado para designar o sujeito que se submete ao processo arteterapêutico) precisa está aberto e desejoso de ser ajudado.

De acordo com Gambini (1985), há a necessidade de processos terapêuticos que zelem por manter bem fechado o vaso alquímico guardando a temperatura que aquece este *Temeno* (Vaso Sagrado), para que possa permanecer adequada e constante, pois só assim poderão ocorrer as transformações desejadas. Crer nestas possibilidades é deixar-se mover e guiar pela esperança de mudança e harmonia, contribuindo para que a arte na Arteterapia realize sua parte.

A Arteterapia é uma ferramenta valiosíssima nas mãos de quem bem souber usá-la. Para um melhor entendimento do processo arteterapêutico, o arteterapeuta precisa ter conhecimento sobre as cores, formas e símbolos, pois essa tríade são norteadores para uma boa leitura das imagens produzidas pelo artíst.

Foi questionado várias vezes do que elas precisavam ser nutridas. A música comida<sup>5</sup> fala claramente do que é necessário para satisfazer nossos vazios, e que as necessidades emocionais também precisam ser saciadas:

*A gente não quer só comida, a gente quer comida, diversão e arte, queremos saída para qualquer parte, queremos a vida como a vida quer, queremos fazer amor, queremos prazer para aliviar a dor, queremos dinheiro e felicidade, queremos inteiro e não pela metade. A gente não quer só comer, a gente quer prazer, pra aliviar a dor.*

É necessário alimentar a nós mesmos com o que nos dá um sentido, o que tem um significado e o que envolve o nosso ser mais profundo, nosso coração e nossa alma. Preenchemos nossa fome interna quando nos sentimos aceitos, quando recebemos carinho, acolhimento, valorização e por nos sentirmos úteis quando fazemos algo.

A carência e a fome emocional eram gritantes, e as lacunas imensas. As senhoras tinham muita necessidade de falar, falavam sobre tudo, necessitavam serem tocadas, de abraço, carinho, atenção, afago, presentes e alimentos. Nem sempre se conseguia atender e suprir tamanha carência, mas era essencial estar sempre inteiras e abertas durante o processo.

Segundo Bisconcini (2009), nutrição emocional é o que nos dá uma sensação de conforto, calor, preenchimento e acolhimento interno. Uma sensação de termos um espaço interno preenchido e ocupado. Quando éramos crianças esta sensação (ou possibilidade) foi-nos transmitida por nossa mãe, com todas as qualidades, mas também com as imperfeições e falhas que ela como humana tinha, e todas as deficiências que também ela herdou. Buscamos de certa forma, o tempo todo, esta sensação de “preenchimento da falta” por meio de ver-nos espelhados em imagens que nos reflatam belos, bons, ricos.

O tema mãe era algo bem presente e repetitivo, em muitos trabalhos vinham lembranças e emoções associadas com essa mãe. Era a falta da mãe, dificuldades com a mesma, que mães elas foram. Era uma enxurrada de imagens e sentimentos que a Arteterapia promovia.

*Nutrição emocional diz respeito ao saber gerar o seu “chocolate interno” gerar em si a sua alegria, o que te aquece por dentro e saber fazer-se companhia, saber dar a si mesmo o bom, o que nutre sua alma, sua essência e te faz ver a vida como uma possibilidade de crescimento e desenvolvimento; com alegria pelo processo (BISCONCINI, 2004).*

Esta metáfora de ser o chocolate interno foi importantíssima no decorrer dos encontros, pois a proposta era promover nelas a autonomia e o amor próprio, gerando a possibilidade de se olharem e fazerem algo por si. Segundo Jackson (1999), a reciprocidade e *feedback* são essenciais para manter vivo o processo.

De fato a relação terapêutica é uma troca, mão dupla, elas esperavam algo dos terapeutas, sempre com expectativas do que seria trabalhado com elas. Nós também nos alimentávamos com o desenrolar dos encontros. Cada tomada de consciência, cada mudança de comportamento, cada sorriso e cada conquista impulsionava cada vez mais a oferecer o melhor a estas idosas. Inventar e criar foram o que incessantemente realizou-se em um período de seis meses, buscando sempre algo gostoso de fazer e de ter gratificação na realização.

As mudanças de comportamento eram visíveis, a auto-expressão e a doçura foram surgindo gradativamente. O grupo foi acordando a cada semana, e em cada encontro foram percebendo o contexto em que estavam inseridas e que seus vazios só podiam ser satisfeitos por elas mesmas. A confiança e a entrega foram se estabelecendo a partir do fazer artístico e do se alimentar emocionalmente. No final do estágio elas se respeitavam mais, tinham mais alegria no olhar, desejavam viver, sair daquele espaço e rever questões inacabadas. Elas ficaram muito gratas ao trabalho e a tudo que elas tiveram a partir do primeiro momento da

<sup>5</sup> Música Comida: Titãs. Composição: Arnaldo Antunes, Marcelo Fromer e Sérgio Brito



intervenção. E segundo Tripoli (2010), sem a apreciação e o reconhecimento de valor não há arte no seu sentido mais primordial.

## Conclusão

De fato quando não temperamos nossas histórias e nossas vivências com conteúdos prazerosos e saborosos, tentando resignificar o que nos acontece, despejamos no outro nossas frustrações, amarguras e acidez. Despejando o que nos falta, responsabilizando o outro pelos nossos vazios e carências que há muito se encontram abertos e que só cada um pode temperar e colorir sua própria vida com seus ingredientes, temperos, cores e sabores. Na experiência do estágio em que levamos o servir e ser servida, percebemos claramente isso, a negação de duas delas em servir as colegas demonstrou o quanto estavam secas e infelizes, elas reclamam muito e justificavam seu estado pelas dificuldades físicas que apresentavam (uma tinha deficiência visual e a outra era cadeirante), mas no fundo sabemos que não eram só as limitações que as deixavam assim, e sim tudo que viveram ou que não viveram.

Constatar o quanto os alimentos associados à Arteterapia trouxeram conforto e alegria àquelas senhoras foi muito gratificante. A fome emocional, a carência e os vazios não foram preenchidos totalmente, e nem esse era nosso objetivo, pois as questões são bem mais profundas. O que trouxemos a elas foi consolo, afago, possibilidade de se ver, de se amar, de se tocar e se nutrir.

As cores e os sabores formaram um casamento perfeito, e a Arteterapia é uma ferramenta que traz muitas possibilidades de trabalho e o alimento foi algo que percebemos que deu muito certo. Tivemos uma ótima resposta, pois ao introduzirmos os sabores os corações e almas pareciam estar mais abrandados. Era como se elas tivessem sido ninadas e cuidadas.

## Referências

- BISCONCINI, I. **Sobre a fome emocional**. Revista: Alimentação e seus distúrbios, 2009. Disponível em: <<http://somostodosum.ig.com.br/clube/artigos.asp?id=16398>>. Acesso em: 17 de julho de 2011.
- EDWALD, A. G. **Comida x emoções**: você tem fome de que? Disponível em: <[www.anutricionista.com/comida-x-emocoes-voce-tem-fome-de-que.htm](http://www.anutricionista.com/comida-x-emocoes-voce-tem-fome-de-que.htm)>. Acesso em: 17 de julho de 2011.
- GAMBINI, R. **Não nascer**: alguns temas da imagem arquetípica do aborto in Junguiana. São Paulo: Revista da Sociedade Brasileira de Psicologia Analítica, Vol. III, 1985.
- GUATTARI, F. Arteterapia com sabor. In: SEI, M. B.; GONÇALVES, T. F. (Org.). **Arteterapia com grupos**: aspectos teóricos e práticos. São Paulo: Casa do Psicólogo, 2010. (Coleção Arteterapia).
- GEHRINGER, M. E. M. **Arteterapia, um caminho transpessoal**. Campinas, dez. 2005. Disponível em: <<http://www.humanitatis.com/Trabalhos/trabalhoArteterapia.pdf>>.
- JACKSON, E. **Alimento e transformação**: imagens e simbolismo da alimentação. Trad. Maria Silvia Mourão Netto. São Paulo: Paulus, 1999.
- ONFRAY, M. Arteterapia com sabor. In: SEI, M. B.; GONÇALVES, T. F. (Org.). **Arteterapia com grupos**: aspectos teóricos e práticos. São Paulo: Casa do Psicólogo, 2010 (Coleção Arteterapia). p.124.
- PAÍN, S. **Os fundamentos da Arteterapia**. Petrópolis, RJ: Vozes, 2009.
- TRIPOLI, M. Arteterapia com sabor. In: SEI, M. B.; GONÇALVES, T. F. (Org.). **Arteterapia com grupos**: aspectos teóricos e práticos. São Paulo: Casa do Psicólogo, 2010 (Coleção Arteterapia). p.149.



## RELATO DE CASO

---

### 3 – MULHERES E MANDALAS CONSTRUÍDAS COM PAPEL: UM CAMINHO DE INDIVIDUAÇÃO

*Flora Elisa de Carvalho Fussi<sup>6</sup>*

**Resumo:** Este artigo relata o caminho percorrido por duas mulheres, de aproximadamente 40 anos, que participam há algum tempo, do grupo que atende mulheres, acima de dezoito anos vítimas de violência, ligado à Secretaria Municipal de Saúde e ao Núcleo de Prevenção da Violência Contra Mulheres, Crianças e Adolescentes, ambos da Prefeitura de Goiânia. Ao dividirem suas dores e alegrias, arquétipos emergem por meio de mandalas construídas com papel laminado e celofane. No encontro com a Arteterapia elaboram meios para que possam falar das dores, do que ainda corta a respiração... há mais de trinta anos, expressando segredos com amorosidade. A vivência possibilitou que conteúdos internos fossem compreendidos a partir da construção da mandala, onde em meio a sucatas, escolheram as fitas para colocar em seus trabalhos, acionando o contato com a vida. Ao contemplarem a obra, a superação de conflitos e a melhora são percebida corporalmente, ao comentarem que estão respirando melhor. O contato com a criança interior possibilitou a organização interna e o contato com o *self*, levando-as ao caminho da individuação.

**Palavras-chave:** Arteterapia, Mulheres, Mandala, Papel, Fitas.

#### **Women and mandalas built with paper: a way of individuation**

**Abstract:** This article describes the path traversed by two women of about 40 years, participating in the group that meets women over eighteen years old, victims of violence, linked to the Municipal Health Bureau and the Center for the Prevention of Violence Against Women, Children and Adolescents, both in the City of Goiânia. To share their joys and sorrows, archetypes emerge through mandalas constructed with laminated paper and cellophane. At the meeting with Art Therapy, they elaborate means for them to talk about the pain, what still cuts their breathing ... for over thirty years, expressing secrets with loveliness. The experience enabled internal contents were understood from the construction of the mandala, where amid scraps, they chose to put the tapes in their work, triggering the contact with life. To contemplate the work, overcoming conflicts and improvement are perceived bodily, to comment that they are breathing better. The contact with the inner child enabled the internal organization and the contact with the self, leading them to the path of individuation.

**Keywords:** Art therapy, Women, Mandala, Paper, Tapes.

#### **Mujeres y mandalas construídos com papel: uma maneira de individuación**

**Resumen:** En este artículo se describe el camino recorrido por dos mujeres de unos 40 años, que participan desde hace algún tiempo, el grupo se reúne mujeres de más de dieciocho víctimas de violencia vinculados a la Oficina Municipal de Salud y el Centro para la Prevención de la Violencia contra la Mujer, niños y adolescentes, tanto en la ciudad de Goiânia. Para compartir sus alegrías y tristezas, arquétipos emergen a través de mandalas construidos con papel de aluminio y celofán. En la reunión con los Arteterapia medios elaborados para ellos hablar sobre el dolor, los recortes aún respira ... más de treinta años, expresando secretos con encanto. Los contenidos internos habilitados experiencia se desprenderán de la construcción de la mandala, donde en medio de restos, decidió poner las cintas en su trabajo, lo que provocó el contacto con la vida. Contemplar el trabajo, la superación de los conflictos y la mejora son percibidos corporales, comentar que están respirando mejor. El contacto con el niño interior permitió a la organización interna y el contacto con el ser, lo que lleva al camino de la individuación.

**Palabras-clave:** Arteterapia, Mujeres, Mandala, Papel, Tapes.

---

<sup>6</sup> Arteterapeuta da Secretaria Municipal de Saúde /Goiânia. Coordenadora local/Goiânia do Curso de Especialização em Arteterapia do Alquim Art. Presidente da Associação Brasil Central de Arteterapia. Membro do Conselho Diretor da UBAAT. E-mail: floraelisafussi@gmail.com

O que nos leva a unir num mesmo texto diferentes mulheres que em algum momento de suas vidas foram vítimas de violência? O inconsciente coletivo as une e as leva a compartilhar arquétipos por meio das mandalas. Participam para Von Franz (1975 apud BREWI, 2004) da experiência interior que ocorre quando algo toca interiormente e é possível exteriorizar.

O *self* se relaciona com as raízes de cada uma, com a psique e o espírito objetivos dos homens, referem Brennan & Brewi (2004). As participantes do grupo ao entrarem em contato com a própria história por meio da mandala acessam o próprio *self*, o conhecimento interior e seu caminho para a individuação.

As mulheres (aqui chamadas de Tania e Paula) trazem histórias de vida muito sofridas e a Arteterapia as ajuda a organizar meios de falar das dores, do que ainda corta a respiração, mais de trinta anos depois, possibilitando a expressão de seus segredos com amorosidade.

O corpo é também a via de expressão, por ser um canal natural, conforme traz Vargas (2002), pelo qual os símbolos estruturam a consciência, se tornando o canal da simbolização.

E é assim que ocorre no grupo onde estas mulheres são atendidas, falam das dores, mas principalmente do que conquistaram ao longo da vida, daquilo que lhes trazem alegrias e as fazem rir e, nós muitas vezes nos divertimos com as molecagens de quando eram crianças. Fortalecendo a importância da criança interna como meio de resgate da saúde. Ao integrarem qualidades positivas e negativas da criança interna a “personalidade se aprofunda e se expande” (BRENNAN & BREWI, 2004, p.11).

A partir da fala comum sobre os sentimentos “presos” no peito, da dificuldade para respirar, do pensamento confuso que persiste até os dias de hoje em momentos difíceis, que foi sugerido o trabalho plástico de mandala com papéis laminados e celofane, buscando trabalhar o brilho e as transparências, com recorte dos papéis e posterior colagem da produção em papel cartão colorido e, o uso de sucatas.

Trago os trabalhos de duas participantes que escolheram utilizar fitas. Uma escolheu o papel celofane, branco com espaços transparentes e a outra o papel laminado dourado e alaranjado de um lado e prateado do outro. Papéis que foram cortados para ficarem com o formato circular e depois dobrados e recortados longitudinalmente.

No primeiro momento as falas foram de desconforto, papéis tão bonitos ... recortados ... foram relutantes. Mas ao desdobrar o papel, surpresa! Que lindo! Foi construída uma mandala de recorte. No segundo momento, a fixaram no papel cartão colorido. Tania escolheu colar sua no papel cartão verde, com o lado prateado aparente, o que ressaltou o verde sob os recortes feitos no papel laminado. Completa o trabalho com fita florida brilhante. A fita tem fundo branco e flores bem pequenas brilhantes, rosas e vermelhas, colocando-as como moldura acima e abaixo do trabalho (fig. 1). Depois com a cola colorida dá brilho em alguns locais (recortados) e também no ponto central da mandala, ou o interior da psique, para Jung (s/d), onde tudo esta relacionado e é organizado, a personalidade total, o *self*.



**Fig.1** – Mandala em papel prateado



**Fig. 2** – Mandala com papel florido

Paula escolhe o papel cartão azul, quase violeta e cola sua mandala recortada (o papel celofane que escolheu tem um centro branco e após o espaço transparente, uma guirlanda de flores e uma volta externa de bolinhas brancas). O trabalho de recorte se destaca no centro branco. Coloca uma fita alaranjada, como que costurando este espaço circular, escolhe outra fita, vermelha, para completar o laço (fig. 2).

As duas ao escolherem as fitas, que ressaltam de forma positiva o amarrar, pois o nó da fita simboliza a flor, com o signo de desabrochar para Chevalier & Geebranth (1997). A forma circular que toma, remete a participação na perfeição e da forma generosa, marca um triunfo, uma realização, trazendo o cuidado de não deixar estrangular psicologicamente. A fita alaranjada de Tânia representa o contato com consigo mesma; o noturno, por ser escura; o secreto, voltado para o feminino; o fogo central, pelo qual busca o amadurecimento, a regeneração; por ser matriarcal e uterino, esta também ligada a ambivalência e a morte, como Tânia, presa na depressão e na baixa estima. O fundo roxo traz o segredo, ligado a transformação, mediado pela fita alaranjada

que busca o equilíbrio entre o espírito e o corpo, questão difícil de encontrar, assim se torna a cor simbólica da infidelidade, da libido. Este simbolismo ao se ligar ao simbolismo do vermelho a remete a vida, como um caminho para sair da depressão.

O contato com as “*novas dimensões do self*” (BREWI, 2004, p.13) as levam a perceber o que são hoje, conduzindo-as a percepções importantes a respeito de si mesmas e ao crescimento pessoal.

A fita florida de Paula mostra um caminho percorrido em direção a vida, visto que não usa tinta ou giz de cera vermelho, por remeter a violência sofrida na infância. Depois de pronto o trabalho, fala que a fita parece feita para ela, pois o pedaço coube certinho na folha, nem passou e nem faltou! Colocando uma tira de ponta aponta na parte de cima da folha, que para Jung (s/d) remete a tudo que é aéreo, intelectual e espiritual e, a outra parte da fita exatamente igual, na parte de baixo da folha, onde esta o passional, corpóreo e escuro. Integra consciente, inconsciente e as sombras.

E percebe que usou o vermelho! Quando a importância desse passo dado é ressaltada, refere estar melhorando, pois usou o vermelho e nem ficou ruim! Um processo mediado pelo fundo verde, e o colorido azul que possibilitou o despertar para a vida.

A sombra guarda sentimentos, desejos e ideias, que se “*expressos colocam em risco os relacionamentos mais significantes e precoces*” da infância (BRENNAN & BREWI, 2004, p.110).

As duas mandalas trazem flores, uma na própria mandala e a outra externamente, simbolismo que leva ao resgate da infância, e do amor, na busca da individuação, processo de cada uma de se tornar “elas mesmas” descobrindo quem são.

Por meio dos arquétipos, que “*são como bancos de rio que secam quando as águas os abandonam, mas revivem no momento em que a água os acha e flui através deles novamente*” (BRENNAN, 2004, p.161), as mulheres são tocadas pelo arquétipo da criança interior, se voltam as raízes inconscientes da curiosidade e das descobertas do bebe, que se mostra aberto para a diversão e o novo, para Jung (apud BRENNAN, 2004, p.161), “[...] *representa não somente o que existe no passado distante, mas também o que existe agora [...]*”

O caminho de individuação percorrido é percebido quando Paula e Tania referem ao final do trabalho que respiram melhor!

## Referências

BRENNAN, A.; BREWI, J. **Arquétipos junguianos**: a espiritualidade na meia-idade. São Paulo: Madras, 2004.

BRENNAN, A. O arquétipo da criança: admiração e contemplação. In: BRENNAN, A.; BREWI, J. **Arquétipos junguianos**: a espiritualidade na meia-idade. São Paulo: Madras, 2004. p.155-164.

BREWI, J. O emergir da meia-idade: a meia-idade como um arquétipo. In: BRENNAN, A.; BREWI, J. **Arquétipos junguianos**: a espiritualidade na meia-idade. São Paulo: Madras, 2004. p.13-24

CHEVALIER, J.; & GHEERBRANT, A.. (1906) **Dicionário de símbolos**. 11. ed. Rio de Janeiro: José Olímpio, 1997;

JUNG, C. G. **Mandala symbolism**. Translated by R. F.C. HULL. Tradução Cristina Dias Allesnadrini. Rollings series. Princeton. s/d.

VARGAS, S. N. Símbolo e psicossomática. **Junguiana: Rev. da sociedade brasileira de psicologia analítica**. n° 1, São Paulo: Sociedade, 2002.

#### 4 - O ARQUÉTIPO SELVAGEM DA MULHER

*Josiane Paraboni<sup>7</sup>*

**Resumo:** A mulher, segundo o arquétipo feminino selvagem, é intuitiva, criativa, dinâmica e corajosa, o que nos faz poder dizer que "Ser Mulher" é usar e se apropriar de todas as qualidades naturais e inatas que a mulher possui. Porém, sabe-se que, no decorrer da vida da mulher, diversas situações geradoras de medos, conflitos, insegurança e cobranças internas, ocorrem tornando a mulher, muitas vezes, insegura, fragilizada e infeliz. Por isso, a proposta desta oficina é de resgatar o "Ser Mulher", auxiliando a entrar em contato consigo mesma, com sua história, suas potencialidades, desejos e emoções. A oficina tem duração de duas horas, iniciando com um conto, uma sensibilização dos sentidos, concluindo com a parte plástica e um breve diálogo. Após a oficina, as mulheres saem normalmente com um novo olhar sobre si mesmas, mais leves, autênticas e mais felizes.

**Palavras chaves:** Arquétipo, Essência, Mulher, Natureza, Selvagem.

#### The Archetype Wild Woman

**Abstract:** A woman, according to the feminine archetype wild, is intuitive, creative, dynamic and bold, which makes us able to say that "Womanhood" is to use and take ownership of all natural and innate qualities that women possess. However, it is known that in the course of women's lives, many situations that cause fear, conflict, insecurity and internal charges, making women occur, often insecure, fragile and unhappy. Therefore, the purpose of this workshop is to rescue the "Womanhood," helping to get in touch with itself, with its history, its potentialities, desires and emotions. The workshop lasts two hours, starting with a story, an awareness of the senses, concluding with the plastic part and a brief dialogue. After the workshop, the women usually come out with a new look at themselves, lighter, authentic and happier.

**Keywords:** Art therapy, Essence, Woman, Nature, Wild.

#### Da Mujer Salvaje Arquetipo

**Resumen:** La mujer, de acuerdo con el arquetipo femenino salvaje, es intuitivo, creativo, dinámico y audaz, que nos hace capaces de decir que "ser mujer" es de usar y tomar posesión de todas las cualidades naturales e innatas que las mujeres poseen. Sin embargo, se sabe que en el curso de la vida de las mujeres, muchas situaciones que causan el miedo, el conflicto, la inseguridad y los cargos internos, por lo que las mujeres producen, a menudo inseguro, frágil e infeliz. Por lo tanto, el propósito de este taller es para rescatar a la "mujer", que ayuda a estar en contacto consigo mismo, con su historia, sus potencialidades, deseos y emociones. El taller tiene una duración de dos horas, a partir de una historia, la conciencia de los sentidos, para concluir con la pieza de plástico y un breve diálogo. Después del taller, las mujeres suelen salir con una nueva imagen de sí mismos, más ligero, auténtica y feliz.

**Palabras-clave:** Arteterapia, Esencia, Mujer, Naturaleza, Salvaje.

Hoje, percebendo nos noticiários o aumento de casos de violência contra a mulher, questiono a razão por que esses fatos ocorrem, e vejo que a imagem da mulher continua sendo usada como um objeto ou como um estímulo para o consumo de determinado produto. É claro que muitas mulheres permitem que isso ocorra por fazerem parte de uma sociedade consumista e capitalista. Porém isso cria uma imagem generalizada da mulher e reforça uma ideia passada, da mulher objeto, submissa e sem valor o que permite que ainda aconteça algum tipo de agressão, mesmo nos tempos de hoje.

Somado a isso, observo também os casos de mulheres, as quais atendo na Arteterapia, insatisfeitas, muitas vezes nas suas relações, tanto sexuais quanto afetivas; depressivas por não se sentirem amadas e respeitadas por seus cônjuges. Sem voz e com baixa auto-estima, vivem sem prazer e sem motivação.

<sup>7</sup> Graduada em Arteterapia pela Universidade Feevale/ RS. Proprietária da Clínica e Studio Criarse - Criatividade e Desenvolvimento Humano. Taquara/ RS. E-mail: josiane.paraboni@hotmail.com

Diante dessa realidade, vi a necessidade de desenvolver esse trabalho com base no Livro: Mulheres que Correm com Lobos – Mitos e Histórias do Arquétipo da Mulher Selvagem, com o intuito de auxiliar no resgate do “Ser Mulher”, do feminino, da sua força e de suas potencialidades inatas que, por razões diversas, conforme já vimos, foram e ainda são sufocadas e reprimidas.

A busca pelo arquétipo da Mulher Selvagem é trabalhada no sentido original da palavra “selvagem” que significa: viver uma vida original, uma vida em que a mulher tenha integridade e limites saudáveis, resgatando o que é natural dela: a intuição, o jeito de ser mulher, o fogo criador e a sua sabedoria interna.

O arquétipo é, na realidade, uma tendência instintiva, tão marcada como o impulso das aves para fazer seu ninho ou das formigas para se organizarem em colônias (JUNG, 2000, p.69).

Durante a oficina, este “resgate” acontece de forma natural, à medida que as mulheres vão se dando conta de que muitas histórias já se passaram e de que muitos ensinamentos se perderam: as deusas deixaram de existir, as bruxas foram perseguidas, das famosas “curandeiras” não se houve mais falar, e as contadoras de histórias também desapareceram, saberes que foram apagados, e que hoje precisamos recordar e reviver.

Na mitologia Nórdica, a Deusa Saga *era procurada quando as pessoas desejavam inspiração e sabedoria, e passava seu conhecimento através dos contos, histórias e lendas* (REVISTA SEXTO SENTIDO ESPECIAL- AS DEUSAS, 2009, p.34).

A autora Clarissa Pinkola Estés (1994), do livro - MULHERES QUE CORREM COM LOBOS – faz uma comparação das mulheres com os lobos, em função de algumas características que ambos têm em comum, como: a *percepção aguçada, o espírito brincalhão, a intuição, o instinto de proteção à matilha, e a grande resistência e coragem. Fala também que a espécie dos lobos foi perseguida assim como as mulheres por “aqueles” que se denominam donos do poder, e por aqueles que acreditavam que essas espécies poderiam ser uma ameaça.*

(...) as duas espécies foram perseguidas e acoçadas, sendo-lhes falsamente atribuído o fato de serem trapaceiros e vorazes excessivamente agressivos e de terem menor valor do que seus detratores (ÉSTES, 1994, p.16).

Com esse olhar, podemos dizer que a natureza da mulher foi reprimida e que hoje ainda as mulheres sofrem, por perderem a sua essência, o seu real valor. Lutamos por igualdade, mas, além disso, o que temos que fazer é mostrar que realmente somos diferentes, com qualidades e características específicas da nossa espécie.

Desta forma é que surge a importância de trabalhar o Arquétipo da Mulher Selvagem, pois, através desse resgate, a mulher volta a reconhecer suas qualidades inatas de *sábia, visionária, inspiradora, criadora, inventora, ouvinte e guia, que estimula e sugere, que torna a sua vida mais vibrante, tanto no mundo interior como no exterior. Ao contrário disso, quando a mulher não vive seu arquétipo de Mulher Selvagem, ela se sente insegura, tímida, confusa, impotente e infeliz.*

Para realizar esse trabalho de resgate interno, do arquétipo feminino, a autora utiliza o valor simbólico de diversas histórias, representando como e de que forma a mulher deixa a sua chama interna e o seu impulso natural de vida apagar-se. Visto que, as histórias são como bálsamos medicinais que agem em nós e, sem que se queira, percebe-se seu efeito. Revivemos nosso ser interno através da imaginação, da crença, do sonho, do devaneio e da realidade, ressignificando o que é fundamental, deixando vir à tona o que estava adormecido no inconsciente.

A Mulher Selvagem carrega consigo os elementos para a cura; traz tudo o que a mulher precisa ser e saber. Ela dispõe do remédio para todos os males. Ela carrega histórias e sonhos, palavras e canções, signos e símbolos. Ela é tanto o veículo quanto o destino (ÉSTES, 1994, p.26).

Histórias como: “O Barba Azul”, “A Boneca no Bolso: Vasalisa, a sabida”, “O Patinho Feio” e “Os Sapatinhos Vermelhos” são apenas algumas das 19 histórias do Livro, que fazem emergir o que é único e exclusivo da mulher, trabalhando um processo de vida-morte-vida, ou seja, a mulher revive e resgata o que foi reprimido, expressando novamente o seu potencial. Assim, cada história relata questões distintas e de grande significado para a mulher.

A história “O Barba Azul”, por exemplo, traz como um de seus aprendizados, o quanto, num relacionamento ou num casamento, um pode anular, sufocar ou esconder o valor do outro, mas que, mesmo assim, ninguém conseguirá matar a essência do outro.

Na história da “Boneca no Bolso: Vasalisa, a sabida” é trabalhada a questão da passagem da menina-mulher, da sabedoria da mulher através da intuição, e de valores passados de mãe para filha.

Já a história do “Patinho-Feio” mostra as dificuldades encontradas, quando a pessoa não se sente no seu lugar, não se sente igual aos outros, anulando-se dessa forma, até que percebe, na verdade, é um ser diferente, representado pelo “Cisne”, reconhecendo a sua beleza e o seu valor.

E a história dos “Sapatinhos Vermelhos” reforça a importância de saber quem somos, porque, se não soubermos nos valorizar, o “outro” poderá controlar nossa vida, dizendo saber “o que é melhor para nós”.

Esses exemplos são apenas uma amostra do que essas histórias podem trazer de ensinamentos para nós, pois, através delas, as mulheres trazem à tona muito de suas histórias pessoais, relacionando-os com suas vidas, seus sofrimentos e desejos reprimidos, para depois disso, reviverem sonhos e possibilidades, fortalecendo suas qualidades inatas e resgatando assim, o Arquétipo da Mulher Selvagem que faz parte de todas nós.

### **Referências**

ÉSTES, C. P. **Mulheres que correm com lobos: mitos e histórias da mulher selvagem**. Rio de Janeiro: Rocco, 1994.

**História sagrada da mitologia: as deusas** IN: revista Sexto Sentido Especial, 2009, p. 34.

JUNG, C. G. **O homem e seus símbolos**. Rio de Janeiro: Nova Fronteira, 2000.



## ARTIGOS DE ATUALIZAÇÃO OU DIVULGAÇÃO

---

### 5 - CONFLUENCIAS: BREVE COMENTARIO SOBRE DIALOGOS ENTRE ARTE Y TERAPIA DE EVA MARXEN

*Cristóbal Vallejos Fabres*<sup>8</sup>

#### **Presentación:**

El día Sábado 24 de marzo del 2012, en ocasión de la Inauguración del año académico del Programa de Especialización de Postgrado en Terapias de Arte: mención Arteterapia de la Universidad de Chile. Se presentó, en Santiago de Chile, el libro: **Diálogos entre arte y terapia. Del “arte psicótico” al desarrollo del Arteterapia y sus aplicaciones**” (Gedisa, Barcelona 2011).

La presentación estuvo a cargo del teórico del arte profesor *Cristóbal Vallejos Fabres*.

#### **Confluencias: Breve comentario sobre Dialogos entre arte y terapia de Eva Marxen**

Escrito por: *Cristóbal Vallejos Fabres*

Para Eva Marxen el Arte, y sobre todo el Arte contemporáneo se presenta como una manifestación cultural compleja. Digo esto pues, a poco andar en su libro **Diálogos entre arte y terapia** (Gedisa, Barcelona 2011) encontramos reflexiones de gran economía textual y quizás, por eso mismo, una profundidad reflexiva que emerge con potencia.

Ya en las primeras páginas la autora nos introduce en la dinámica del arteterapia y específicamente nos enfrenta a la figura del Psicótico: en él, observa Marxen, la emergencia del Real lacaniano se posibilita, acechando la propia estructura del paciente, acercándolo peligrosamente a la debacle personal que trae consigo el ser testigo de lo ominoso, UNHEIMLICHE, que debiendo permanecer oculto ha sido develado. Es en este contexto donde Marxen, guiándose por el estudio de casos celebres, observa la presencia del arte como una manifestación que recompone estructuras fisuradas: cumple una función estabilizadora, recompone el entramado simbólico fracturado, en mayor o menor medida, por el propio horizonte vivencial del paciente. Aquí, la manifestación artística emerge como una suerte de potencia organizativa que frena, en cierta medida y en el mejor de los casos, la caótica energía libidinal descontrolada que, pugnando por fugarse, daña en su paso al propio individuo que la contiene.

Marxen establece claramente la figura de la sublimación en arteterapia como esta suerte de re-encauzamiento de una energía libidinal des-controlada. La autora da cuenta también de la importancia del concepto en la terminología lacaniana: la sustitución de la relación con otro y la instalación, en su lugar, de una alteridad esencial. Como bien sabemos, desde el psicoanálisis clásico en adelante, la estructura individual del sujeto moderno está marcada por la relación con una otredad que permite la propia configuración identitaria. Cuando esta identificación entra en crisis, la obra de arte, o mejor dicho el carácter procesual -que es lo relevante para el arteterapeuta- de la labor de arte, pretende ocupar la vacancia obligada que ha surgido luego de la escenificación crítica que domina la vida del paciente.

En esta suerte de Decálogo del arteterapia, la autora deja claramente establecidas varias cuestiones relativas a la práctica terapéutica: en relación su ética, Marxen destaca el coeficiente político alojado en este espacio de contención-sanación, aludiendo a la gravitante relevancia de los movimientos micropolíticos que permiten fracturar la opinión común que el paciente encuentra fuera del espacio de confianza, que debe procurar cimentar el terapeuta. Es de esta forma que, en ocasiones, la figura del especialista se recorta por la línea de demarcación que separa lo público de lo privado: lo público, para el padeciente, en estos casos específicos, parece presentarse como lo amenazante, lo caótico, lo agresivo, lo invasor; ante aquello, nos dice Marxen, el terapeuta debe priorizar la intimidad, la elaboración de una progresiva y consistente confianza, la restauración de los lazos que, el mundo exterior, ha dañado o simplemente devastado. Es aquí donde el arteterapeuta puede encarnarse como una de los últimos bastiones de resguardo de una intimidad hurtada; hurtada por el devenir cotidiano del mundo actual.

Dentro de esta función del terapeuta, Eva Marxen observa la aparición de la obra de arte como un fenómeno lleno de posibilidades; para efectos de la Terapia, la obra de arte es considerada como un objeto transicional, vale decir, como un objeto en lugar de otra cosa, a saber, la obra de arte se presenta como objeto que simboliza, que señala una falta en última instancia: la falta o ausencia del objeto primario. La obra de arte al interior de esta escena de contención, pero también de características analíticas, operaría como un verdadero

---

<sup>8</sup> Licenciado y Magíster en Artes con mención en Teoría e Historia del Arte, Universidad de Chile. Docente Programa de Arteterapia. U. de Chile. Correo electrónico: [cvallejos30@gmail.com](mailto:cvallejos30@gmail.com)



espejo; espejo que se sirve de una cierta realidad doliente (la del paciente) para reflejar la propia figura de quien la observa; la obra de arte entonces se erige como una apuesta en donde el terapeuta funciona como guía (nunca como crítico) para orientar ciertos aspectos claves insertos en la propia obra que, en última instancia, darán pistas a su propio hacedor respecto de sus propias configuraciones enigmáticas. Con esto aparece en la obra una dimensión muy reconocida en el campo del arte contemporáneo, a saber, la posibilidad fluctuante del aparecer de la obra, o si se prefiere, siendo siempre ella misma, la obra de arte será siempre una distinta frente a las diversas miradas de la que es objeto. En relación a esto la autora realiza el guiño teórico a la concepción heideggeriana de la obra de arte: esta puede ser comprendida como aquella emergencia anómala que nos encamina hacia la verdad; señala el claro de bosque en donde el mismo Heidegger asistió al develamiento de la esencia del Dasein, la emergencia de su carácter proyectivo, la verdad inmutable en donde la obra de arte opera con su potencial de aperturidad.

Sin embargo, el terapeuta debe atender, no solo a esta dimensión filosófica de la obra de arte. De considerar al proceso artístico, a su vez, como un producto histórico de un sujeto particular. Es aquí donde la autora realiza un giro notorio hacia la sociología del arte, en especial la sociología de Bourdieu: el terapeuta debe considerar el contexto de producción, no solo de la obra sino que (y deberíamos agregar ante todo), el contexto de producción del propio productor de la obra, por ejemplo, indagar sobre el habitus que constituye histórica y políticamente al sujeto padeciente.

Como es sabido, Eva Marxen maneja espléndidamente las cuestiones relativas al campo del arte contemporáneo. Prueba de aquello es la detenida reflexión que realiza acerca de la ausencia de lo bello en el arte contemporáneo; apunta y construye la problemática simbólico-filosófica que esto trae consigo, es decir, configura una suerte de “vocación por lo horroroso, una vocación por lo siniestro” que vendría a ser una de las marcas características de cierto tipo de arte actual. Marxen complejiza el planteamiento, recurriendo nuevamente, al psicoanálisis lacaniano: lo bello para Lacan, parafraseo a la autora “es la segunda barrera que nos separaría del deseo radical”, es decir, y considerando que la primera barrera que resguarda al sujeto es el sentido del bien, lo bello es aquello que, a cada momento nos salva de desear lo que, paradójicamente consistiría en un cese absoluto de todo deseo. Lo bello nos salvaría de la auto-aniquilación absoluta que siempre estará del lado de la sustancia deseante que todo lo desea. El motor de todo deseo es siempre un deseo excesivo, que no contempla la permanencia ni siquiera de quien lo experimenta ¿puede haber experiencia de aquel deseo radical? Respondiendo en negativo, comprendemos más a fondo la labor, brillantemente descrita en el libro, del terapeuta: contener, re-direccionar aquella vocación que, pudiendo estar presente en los pacientes, de ser capitalizada sin transición alguna, acabaría con ellos mismos; una suerte de finta a una especie de vocación imposible por lo Real.

Avanzando en el texto, Marxen se detiene en la institución arte. El MACBA Museo de Arte de Barcelona es la parada obligada. Junto a una marcada política de exhibición que se caracteriza por una masificación de corte benjaminiano, el MACBA persigue una paradójica expansión de la receptividad artística, un esfuerzo por romper los márgenes tradicionales de la institución del arte, emanado de la propia institución artística. Paradoja a la que nos tiene ya más que acostumbrado el campo del arte contemporáneo. El punto de inflexión de este análisis aparece cuando se pone en evidencia el rol sustituto que cumple el MACBA: sustituto de labores propias de un Estado que, en tanto se precia de tal, delega con intención o por omisión, en una institución artística, el asistencialismo social en materias de salud y educación, de la cual la propia autora aparece como agente de acción.

Finalizando el texto aparece el arte, representado por 3 artistas contemporáneos: Sophie Calle, Wodiczko y Ligia Clark. Debo señalar que la autora visita las producciones de estos artistas desde la óptica del arteterapia, es decir, las examina en tanto que útiles modelos para aplicar en la terapia actual. Todas y cada una de las manifestaciones visuales destacadas en el texto conjugan de muy buen modo lo que podríamos llamar una vocación artística, una vocación política y una vocación social o como dice la autora, una vocación, político-artístico-clínica. De este modo, el texto entrega al lector diversas estrategias provenientes del campo del arte: desde el modo en como se otorga voz al silenciado social (Sophie Calle), aquel silente crónico que solo posee el cuerpo marcado por la experiencia cotidiana de la calle, pasando por la re-sensualización del cuerpo marginado y anestesiado por la caótica sobre-estimulación del orden circulante de un capitalismo incesante (Ligia Clark), llegando a las dinámicas del arte relacional y el propio riesgo que, en términos sociales y políticos ellas comportan, Eva Marxen ha agrupado aquellas prácticas, es cierto, desde el horizonte de la arteterapia, pero su escrito es capaz de señalar el componente ético-político que debiera estar presente en toda manifestación artística que opere al interior del tardo-capitalismo global. Esta última idea, creo, difícilmente puede ser resistida en la actualidad, sobre todo tendiendo en consideración el sustrato político que, continuamente desarticula y desmoviliza los últimos esfuerzos comunitarios de organización. Como señalara Zigmunt Bauman –La Modernidad Líquida. Buenos Aires, FCE, 1999- todo indica que, al interior de nuestro tiempo, la propia figura de la comunidad esta en retirada, los propios lazos humanos son los que se licuefactúan al punto de parecer desechos, convertidos en espejismos, una especie de existencias melancolizadas al extremo. De cualquier modo, al parecer, tanto para los arteterapeutas como para algunos artistas contemporáneos, la cuestión radica en reconstruir y reconfigurar una experiencia hurtada a los sujetos; hurto acontecido por el propio sistema que sin embargo proporciona las claves de la restitución.