ARTETERAPIA
Cores da Vida

Ano 19 - Volume 30 - Número 1 - Janeiro – Junho - 2023

Revista Científica de Arteterapia Cores da Vida - ISSN: 1809-2934
Disponível em: https://www.abcaarteterapia.com/revista-cores-da-vida

- Associação Brasil Central de Arteterapia -

SUMÁRIO

EXPEDIENTE
…… 02

EDITORIAL
……
Método de publicação da Revista Científica de Arteterapia Cores da Vida 05
Ana Cláudia Afonso Valladares Torres (DF-Brasil)

RELATOS DE CASO/EXPERIÊNCIA
……
1– **Arteterapia, criatividade e força vital - uma caminhada em busca do sol interno** 06
Luana Pereira Brant Campos (GO-Brasil)

2– **A fluidez do arame: um caminho da criatividade** 19
Sandra Regina Santos (GO-Brasil)

3– **Grupos arteterapêuticos online: criatividade na superação de desafios e promoção do autoconhecimento** 26
Samantha Kama (CE-Brasil)

4- **Emoções no ambiente escolar: cuidando da ansiedade com arteterapia** 37
Naliana da Silva Mendes (PI-Brasil)

5– **Arteterapia um despertar das emoções** 48
Luana Rodrigues Araújo Alves; Miriam Carla Marques Machado & Onilda Patrícia Medeiros (PB-Brasil)

NORMAS PARA APRESENTAÇÃO DE TEXTOS A SEREM APRECIADOS PARA PUBLICAÇÃO
…… 57

MODELO DE DECLARAÇÃO DE TRANSFERÊNCIA DE DIREITOS AUTORAIS
…… 60

EXPEDIENTE

REVISTA CIENTÍFICA de ARTETERAPIA CORES da VIDA
Publicação: Associação Brasil Central de Arteterapia (ABCA)

EXPEDIENTE

APRESENTAÇÃO
A *Revista Científica de Arteterapia Cores da Vida* (INSS 1809-2934) é uma publicação científica da Associação Brasil Central de Arteterapia, disponível no formato CD-ROM e também passível de acesso por meio do site da ABCA – https://www.abcaArteterapia.com/revista-cores-da-vida. Foi iniciada no ano de 2005 e com periodicidade semestral, tem o intuito de receber produções de Arteterapia e áreas afins advindas dos associados e demais autores interessados na difusão e aprofundamento do conhecimento na área de Arteterapia.

LINHA EDITORIAL
A *Revista Científica de Arteterapia Cores da Vida* da ABCA tem como objetivo divulgar prioritariamente resultados de investigações científicas, além de estudos teóricos, revisões críticas da literatura e relatos de experiência da Arteterapia que possam nortear a atenção à saúde e educação das populações na promoção da saúde, prevenção de doenças, recuperação e reabilitação dos sujeitos.

GRUPO EDITORIAL
Contato: arteterapia.goias@gmail.com

Editoras e Conselho Editorial:
Profª Dra. Ana Cláudia Afonso Valladares Torres
Profª Me. Flora Elisa de Carvalho Fussi

Conselho Consultivo:
ABCA (Goiás)
Esp. Mires Najar
Esp. Regina Maria do Nascimento

AATESP (São Paulo)
Dr. Celso Luiz Falaschi
Me. Dilaina Paula dos Santos
Drª Lara Nassar Scalise
Me. Regina Fiorezzi Chiesa
Dr. Sandro José da Silva Leite
Drª Selma Ciornai

AARJ (Rio de Janeiro)
Drª Ângela Philippini
Drª Graciela René Ormezzano
Drª Eveline Carrano
Esp. Lígia Diniz

AATERGS (Rio Grande do Sul)
Esp. Angélica Shigihara
Dnda. Magda Pozzobon

ASPOART (Rio Grande do Norte)
Me. Artemisa de Andrade e Santos

ASBART (Bahia)
Me. Carla Silveira Maciel

AARTES (Espírito Santo)
Me. Glícia Conceição Manso Paganotto

APAT (Paraná)
Me. Mariel Wanderley Granato

AMART (Minas Gerais)
Me. Otília Rosângela Souza

AAPB (Paraíba)
Dr. Robson Xavier da Costa

ACAT (Santa Catarina)
Dr. Sonia Maria Bufarah Tommasi

ARTE-PE (Pernambuco)
Esp. Paulo Fernando Barreto Campello de Melo

AAMA (Maranhão)
(a definir)

Capa, Diagramação, Editoração e Revisão de Texto
Ana Cláudia Afonso Valladares Torres

Processo de Avaliação por Pares
Os artigos são recebidos por e-mail. Os artigos aceitos serão avaliados às cegas por dois revisores da área de conhecimento da pesquisa, de instituições de ensino e/ou pesquisa nacionais ou estrangeiras, de comprovada produção científica. Após as devidas correções e possíveis sugestões, o artigo será aceito se tiver dois pareceres favoráveis e será rejeitado quando dois pareceres forem desfavoráveis. No caso de um parecer favorável e um desfavorável, a decisão sobre a publicação ou não do artigo será do Conselho Editorial.

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.

REVISTA CIENTÍFICA de ARTETERAPIA CORES da VIDA
Publicação: Associação Brasil Central de Arteterapia

ASSOCIAÇÃO BRASIL CENTRAL DE ARTETERAPIA
Diretoria – Gestão 2020-2022

Presidente
Jaqueline Comazzi Lemos de Oliveira

Vice-presidente
Flora Elisa de Carvalho Fussi

1ª. Secretária
Ana Paula Pereira Ribeiro

2ª. Secretária
Ângela Maria Fernandes Iwamoto

1º. Tesoureira
Andréa Alves dos Santos Ribeiro

2ª Tesoureira
Ângela Maria Borges Goulart

Bibliotecário
Mires Najar

Conselho Fiscal
Cristiane Miguel Câmara
Regina Maria do Nascimento
Ivana Veiga Jardim

EDITORIAL

……

Método de publicação da Revista Científica de Arteterapia Cores da Vida

A Revista Científica de Arteterapia Cores da Vida [1809-2934] é um periódico de acesso aberto dedicado a divulgar resultados de pesquisas nos amplos domínios da Arteterapia. Você está sendo convidado a contribuir com artigos de pesquisa originais, revisões, reflexão, relatos de caso para as próximas edições que nos ajudarão a expandir nossa compreensão do processo de Arteterapia. O processo de validação por pares por meio do encaminhado para dois avaliadores ad hoc às cegas será usado em todos os manuscritos. Para mais detalhes e para enviar seu artigo, acesse o link: https://www.abcaarteterapia.com/revista-cores-da-vida. Estamos ansiosos para receber seu manuscrito e/ou quaisquer comentários ou sugestões valiosas. Pois sua contribuição nos ajudará a melhorar a qualidade e o conteúdo da revista.

.

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

Publication method of the Scientific Journal of Art Therapy Colors of Life

The Scientific Journal of Art Therapy Colors of Life [1809-2934] is an open access journal dedicated to disseminating research results in the broad domains of Art Therapy. You are being invited to contribute original research articles, reviews, reflection, case reports to upcoming issues that will help us expand our understanding of the Art Therapy process. The peer-to-peer validation process through forwarded to two blind ad hoc reviewers will be used for all manuscripts. For more details and to submit your article, access the link: https://www.abcaarteterapia.com/revista-cores-da-vida. We look forward to receiving your manuscript and/or any valuable comments or suggestions. Because your contribution will help us to improve the quality and content of the magazine.

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

Método de publicación de la Revista Científica de Arteterapia Colors of Life

La revista científica de arteterapia Colors of Life [1809-2934] es una revista de acceso abierto dedicada a difundir los resultados de la investigación en los amplios dominios de la arteterapia. Se le invita a contribuir con artículos de investigación originales, reseñas, reflexiones, informes de casos para las próximas ediciones que nos ayudarán a ampliar nuestra comprensión del proceso de arteterapia. Se utilizará el proceso de validación por pares a través de dos revisores ciegos ad hoc para todos los manuscritos. Para más detalles y enviar su artículo acceda al enlace: https://www.abcaarteterapia.com/revista-cores-da-vida. Esperamos recibir su manuscrito y/o cualquier comentario o sugerencia valiosa. Porque tu aportación nos ayudará a mejorar la calidad y el contenido de la revista.

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

RELATOS DE CASO/EXPERIÊNCIA

1 – ARTETERAPIA, CRIATIVIDADE E FORÇA VITAL - UMA CAMINHADA EM BUSCA DO SOL INTERNO

Luana Pereira Brant Campos[1]

Resumo: Este estudo trata da prática de Arteterapia em um grupo de mulheres. O processo de uma das integrantes do grupo demonstrou que, ao acessar sua criatividade, ela parece ter saído de um entorpecimento e iniciado um movimento de reabertura do fluxo energético. Através da análise de suas produções artísticas e de seus textos observou-se um maior contato com suas emoções, a ampliação da consciência de si mesma e o aumento da vitalidade.
Palavras-chave: Arteterapia; Criatividade; Expressão; Vitalidade; Contato com mundo interno; Desbloqueio emocional.

Art therapy, creativity and life force - a journey in search of the inner sun

Abstract: This study subject deals with Art therapy practice amongst a specific woman´s group. The process of one of the group members´s showed that, when accessing her creativity, she seems to have emerged from a nembeness/torpor state and restarted a movement to reopen her energy flow. Analyzing her visual artistic productions and texts, it´s notable a major contact with her own emotions, the conscience expansion and an increased vitality.
Keywords: Art therapy; Creativity; Expression; Vitality; Inner world contact; Emotional unlock.

Arteterapia, creatividad y fuerza vital: un viaje en busca del sol interior

Resumen: Este estudio trata sobre la práctica de la terapia artística en un grupo de mujeres. El proceso de uno de los miembros del grupo demostró que, al acceder a su creatividad, parece haber salido de un entumecimiento e inició un movimiento para reabrir el flujo de energía. A través del análisis de sus producciones artísticas y textos, hubo un mayor contacto con sus emociones, la expansión de la autoconciencia y el aumento de la vitalidad.
Palabras-clave: Arteterapia; Creatividad; Expresión; Vitalidad; Contacto con el mundo interno; Liberación emocional.

Introdução

O presente estudo trata dos efeitos da prática de Arteterapia em um grupo de mulheres. Foi acompanhado o processo de uma das integrantes do grupo e realizada uma análise de seus trabalhos e do caminho interno por ela percorrido ao longo dos encontros. Para tanto, utilizamos teóricos da Arteterapia e autores como Carl Jung, John Pierrakos, Clarisse Pinkola Estès, dentre outros. Optamos por utilizar teorias unicamente essencialistas e humanistas neste trabalho, de forma a trazer coerência e diálogo entre estas.

Para o teórico Vygotsky (1988), desenvolvimento cultural do ser humano está na sua capacidade de simbolizar. Simbolizando ele atribui significado ao mundo a sua volta, transformando-o, produzindo o novo. O desenvolvimento da criatividade no indivíduo permite um crescimento da capacidade de autoconhecimento, de expressão e de comunicação interpessoal, enquanto o exercício da liberdade imaginativa possibilita ao indivíduo se posicionar de forma aberta ao novo e a novas experiências. O trabalho com o potencial criador estimula a fluidez de ideias e comportamentos criativos.

Para teóricos humanistas da área da psicologia, como Rogers (1961) e Jung (1975), o ser humano tem como característica principal a tendência à autorrealização. Ou seja, existe um impulso inato para se desenvolver os potenciais individuais, a criatividade para eles, é um potencial e costuma desenvolver-se.

---

[1]Formada em Comunicação Social (UFG), mestre em Artes Visuais (UnB), Arteterapeuta (Vivá). Master em Fotografia e Arte Contemporânea pela Université Saint-Dennis (Paris-8), formação em Terapia Analítica (Unipaz-GO) e em Terapia Energética Corporal, com Dimas Callegari. Atualmente está no nono período da graduação em Psicologia (PUC-GO), no quarto ano da formação em Core Energetics (Unipaz-DF), Goiânia-GO, Brasil

Para Rogers (1961), a criatividade nos leva às profundezas de nós mesmos, colocando-nos em contato com as emoções mais profundas. Ele acredita na tendência do homem para se realizar a si próprio, assim como Jung (1975), que considera que todo ser humano tem como tendência a individuação.

Dentro dessa perspectiva, há então uma confiança no indivíduo e no que brota dele de forma espontânea, como suas criações, por exemplo. Se o organismo tende a se organizar e autorrealizar, os conteúdos criados pelo indivíduo de forma não consciente estarão sempre no auxílio deste propósito. O fazer criativo traz, assim, à tona ou o que deve ser trazido à consciência, ou o que precisa ser materializado e elaborado, mesmo que de forma inconsciente.

Segundo Lopes (2014), a psicologia humanista é um dos pilares para o estudo terapêutico da criação e a atividade criativa é uma força curativa inerente a todos os seres humanos. Para a autora “quando o potencial criativo não é autorrealizado, as ações e reações tentem a ser estereotipadas, mecânicas e passivas” (p.33).

Para trazer a intuição criativa são necessárias técnicas de estímulo criador, os “ativadores criativos”, ações utilizadas na Arteterapia que auxiliam a soltar os bloqueios (LOPES, 2014). Os arteterapeutas, com o auxílio dos ativadores, podem atuar como agentes da intensificação da vitalidade nos grupos.

O exercício criativo, de acordo com Prado (2004), aumenta a autoestima e a felicidade, além da capacidade para transformar o medo. A precariedade da vida afetiva gera empobrecimento criador e há alguns bloqueios recorrentes: baixa autoestima, falta de confiança em si, medo, ansiedade, comodismo, excesso de julgamento etc.

O trabalho do arteterapeuta é, segundo Colagrande (2010), facilitar a expressão não verbal do cliente para obter a imagem do inconsciente, tornando-a consciente e auxiliando-o na elaboração desta. Desta forma, amadurecendo e expandindo o que estava bloqueado.

Quando estamos saudáveis, a energia flui livremente, se existem bloqueios, tensões couraças, repressões e encapsulamentos, a energia regride, fica impedida, gerando desânimo, fadiga, ou apatia. Segundo Philippini (2011), o processo criativo "restaura, resgata recupera, reorganiza, redireciona e libera o fluxo da energia psíquica em prol do bem-estar e da expressividade de cada indivíduo” (p. 23).

Estés (1992) também estabelece uma relação entre energia e criatividade, alegando que jamais podemos "perder" nossa criatividade. Ela está sempre ali, preenchendo-nos ou então entrando em colisão com quaisquer obstáculos que sejam colocados no seu caminho. Segundo a autora, ”Se ela não descobrir nenhuma abertura até nós, ela recua, acumula energia e investe novamente até conseguir abrir passagem” (p. 375). A autora traz a metáfora do rio da Mulher Selvagem como alimento que dá a vida, pois enquanto criamos, esse ser misterioso e selvagem nos cria de volta. Para ela “seria ideal que esse rio criador não fosse represado, não sofresse desvios nem fosse mal utilizado” (p. 374), já que a perda do “fluxo criador” constitui uma crise psicológica e espiritual.

Segundo Pierrakos (1990, p. 79), “os dois empecilhos mais significativos para a descoberta do verdadeiro eu são: primeiro, a ignorância de sua existência e da possibilidade de entrar em contato com ele e, segundo, um estado psíquico tenso, comprimido, como movimentos tensos e comprimidos da alma”.

Segundo Weigand (2005), “O prazer de estar plenamente vivo fundamenta-se no estado vibratório do sistema, sendo percebido na expansão/contração pulsátil do organismo, inclusive no sistema vegetativo – respiratório, circulatório e digestivo. A atitude vibratória é responsável por ações espontâneas, liberação emocional e funcionamento interno harmônico” (p. 19).

Os arteterapeutas devem buscar estratégias para propiciar a liberação do fluir espontâneo e de um pulsar vitalizado, alternando expansão e contração, uma vez que fluir e pulsar são comunicações vitais do caminhar da energia psíquica e, em desdobramento, da expressão das possibilidades criativas (PHILIPPINI, 2011).

De acordo com Diniz (2015), “a criatividade é semente procriadora, tendo papel essencial no processo de individuação. O autoconhecimento e o ato de criar caminham juntos: o criativo é o cerne dos processos transformativos no decorrer do caminho para individuar-se” (p. 34), pois é ao conteúdo reprimido inconsciente que é possibilitado ser trazido a tona e assim, mesmo que não de forma consciente, elaborado.

Criar e expressar nos coloca em contato com o nosso mundo interior, proporcionando um contato com a nossa própria fonte, com a nossa força vital (Figura 1). O trabalho criativo, ao romper bloqueios emocionais e trazer conteúdos da psique, traz vitalidade e flexibilidade psicológica. Ainda, a materialização da energia psíquica tem uma função estruturante.

Fig. 1 – Teoria

Fonte: Acervo pessoal

O termo individuação, utilizado por Jung (1975), tem a ver com o desenvolvimento psicológico que trata do processo de tornar-se uma personalidade unificada e integrada. Ou seja, individuar é integrar à personalidade partes inconscientes desta, como a sombra, a ânima, os ânimos e os complexos.

Pierrakos (1990) também trabalha com a ideia de integração da personalidade, para ele, esta se dá através da libertação da essência. Segundo ele "o trabalho com essa força move-se, ao mesmo tempo, ao longo de dois vetores - para dentro e para fora - que correspondem à fase de contração e expansão do ciclo recíproco de energia. Dirigindo-se para dentro, o tratamento visa fundir o eu exterior com o interior, levando a pessoa a se identificar com o Eu Superior. Para fora, visa ampliar a comunicação entre o eu e a realidade externa" (p. 208). A Arteterapia atua principalmente no que concerne esta comunicação entre as realidades internas e externas, uma vez que possibilita que o indivíduo externe seus conteúdos inconscientes.

Para Pierrakos (1990), "o aspecto mais abrangente do trabalho com a alma diz respeito à sua relação com aquilo que consideramos como impossível conhecer. Quanto mais as pessoas aprendem sobre realidade e sobre a correspondência entre vida interior e exterior, mais claro fica que apensas às limitações existenciais restringem a escolha dos caminhos que desenvolvem nessa vida. Além disso, a pessoa amplia a compreensão de que o desejo de unificação com a realidade externa impulsiona todo o ser, em todo o tempo, em direção ao infinito" (p. 209). Trata-se de nos aproximarmos de nossa essência, nossa fonte interior para nos tornarmos autênticos e expressarmos verdadeiramente nosso ser.

Justificativa

A imaginação tem um papel fundamental na construção do indivíduo e a arte possibilita a integração da personalidade. A sociedade atual é excessivamente racional e existe uma necessidade de se trabalhar ou desenvolver mais o lúdico, a sensibilidade, a criatividade e a afetividade. Segundo Estés (1994), "na tradição arquetípica, existe a ideia de que, se prepararmos um local psíquico especial, o ser, a força criadora, a fonte da alma irão ouvir falar dele, descobrir um caminho até ele habitá-lo" (p. 374).

Para a autora, o preparo de um local adequado estimula a criatividade e é este espaço, tanto físico quanto psicológico, que nos propomos a construir com este grupo de mulheres. Estés (1994) ressalta também que a criatividade não é um movimento solitário e a observação da obra criada por outra pessoa nos preenche e nos inspira para nosso próprio trabalho criativo. Esta troca é um dos grandes benefícios do trabalho arteterapêutico em grupo.

Ao facilitarmos o trabalho da expressão de conteúdos internos através da arte ampliamos a flexibilidade emocional e o contato consigo mesma. Buscamos assim promover uma expansão emocional e um sentido maior de presença. Entrar em contato com as emoções é estar presente, se conectar consigo mesma e com a realidade.

Neste trabalho buscamos auxiliar mulheres a entrar em contato consigo mesmas e com seu mundo interno, trazendo mais autenticidade, presença, autoconhecimento e autoaceitação. A chamada para o grupo era o trabalho com a autoestima, uma vez que expressar-se e entrar em contato com as próprias emoções, validando-as e aceitando-as, promove a valorização de si e o aumento do sentimento de autovalor.

Objetivo

Estimular a expressão artística das mulheres integrantes do grupo como maneira de facilitar a expressão de seus sentimentos, pensamentos e crenças, visando uma ampliação da consciência e da aceitação de si próprias, ressignificando aspectos considerados negativos. O contato com o mundo interno tem como alguns de seus objetivos trazer força vital, o desbloqueio emocional, a integração e a autorrealização, bem como estimular o enraizamento e estruturação da personalidade.

Método

O trabalho foi realizado dentro do Projeto Clínica Social, oferecendo-se dez vagas gratuitamente a mulheres em vunerabilidade social, que autorizaram o presente estudo.

Foram realizados encontros semanais de uma hora e meia de duração, ao longo de aproximadamente seis meses, tendo sido 25 encontros, dos quais 12 foram presenciais e 13 em formato online - telepresencial - através da plataforma Zoom.

Os temas foram definidos de acordo com os objetivos do projeto e a demanda que emergia do grupo trabalhado. Para a análise do material produzido, bem como do conteúdo revelado, utiliza-se a metodologia reprodutiva de Garcia (2002, p. 42), na qual é possível identificar e estabelecer relações que vão desvelando os processos envolvidos. A percepção das etapas e subetapas nos permite reconstruir o processo de desenvolvimento e compreender como se dá a construção dos mecanismos construtivos. Utilizamos também a metodologia das “oficinas criativas”, de Alessandrini, Brandão e Lima (1988). Para a autora, a Oficina Criativa representa uma metodologia em que “novas visões de mundo e de si mesmo emergem como resultado de um intenso trabalho interior” (p. 8).

Este foi um grupo particular, pois houve com ele dois momentos, o primeiro, presencial e o segundo, com encontros online. Mais ou menos no meio do processo fomos interrompidos pela pandemia de COVID-19 e pela necessidade de isolamento social. Assim, houve uma pausa nos encontros até a definição do que faríamos. Por volta de um mês depois de pararmos, foi decidida a retomada dos encontros de forma on-line presencial. Neste processo, algumas participantes não puderam continuar. Três participantes se mantiveram firmes no processo até o fim dos encontros. Neste artigo, buscaremos centrar o processo de uma dessas três, que se mostrou particularmente envolvida no trabalho, chamaremos-na de Rita.

O presente trabalho é um recorte e se aprofunda somente em um caso dentro do grupo.

Resultados e discussão

Rita tem 39 anos, é casada e tem um filho. No formulário que entregamos no dia da entrevista inicial, com relação aos motivos que a trouxeram, ela respondeu: "quero me aceitar melhor/ ser feliz/ preciso mudar”. Ela sempre falava pouco e, apesar de assídua, nos primeiros encontros não costumava se colocar muito em evidência. Os encontros começaram com nove participantes e naturalmente algumas se destacam mais e falam mais que outras, nunca era Rita. No entanto, ela sempre esteve bastante envolvida nos processos. Com o formato online, à distância e menor número de integrantes, Rita passou a se expressar mais e compareceu a todos os encontros.

No início do processo, percebemos em Rita certo distanciamento de seus sentimentos. Com frequência no fechamento dos encontros, suas palavras como, reflexiva, pensativa, intrigada ou curiosa remetiam a pensamentos e não às emoções.

O percurso de Rita

No primeiro encontro a atividade sugerida foi desenhar uma árvore e esta foi à escrita criativa (ou seja, uma forma livre, sem crítica para escrever) de Rita: ”Era uma vez uma árvore que não era nem nova nem velha, nem bonita nem feia. Uma árvore que apenas era.” (Figura 2) ”Ela nasceu em um lugar mágico com o direito de florecer em uma época tão antiga que não havia tempo. Às vezes trocava de folhas, suas raízes floresciam também. Mas como tudo que se conhece ela tinha um nome e se chamava árvore coração, mas essa história não tem um fim ela apenas continua em um lugar desconhecido".

Fig. 2 – Árvore 1

Fonte: Acervo pessoal

Aqui o símbolo do coração aparece, talvez já indicando uma busca por acessá-lo? Uma busca pelo contato com as emoções e consigo mesma? Ela diz que o fim da história não chegou, seria por que ela ainda não acessou este lugar? Onde seria este lugar desconhecido ao qual ela ainda vai (ou anseia) chegar? Percebemos algo que vai marcar seu processo até o fim, essa busca por alguma coisa além, a intenção de desbravar universos desconhecidos. A sensação descrita por Rita ao olhar para a “Árvore Coração” foi a de que "falta alguma coisa". Seria o coração? Seria a expressão de si mesma e de seus sentimentos?

Na avaliação da árvore no teste HTP (Buck, 2009), a copa da árvore representa o campo da expressão, simboliza a vida intelectual, as fantasias e área da criatividade. Na árvore de Rita não há copa, apenas galhos e folhas. Posteriormente Rita descreveu seu estado emocional, quando iniciou os encontros como entorpecimento, o que tem a ver com ausência da expressão criativa na vida. No último encontro Rita disse: “Quando eu busquei o grupo estava me sentindo muito perdida, infeliz e muito anestesiada. Não estava em contato com os meus sentimentos. Nos trabalhos iniciais quando perguntavam: 'o que você está sentindo?’ era complicado para mim responder".

Podemos perceber nessa árvore também uma ruptura no topo do tronco, este acaba e dele saem caules com pequenas folhas, indicando talvez algum processo novo acontecendo. Remeteria a algo mais jovem ou mesmo infantil? Algo que estaria iniciando-se dentro dela? Nota-se também nesta árvore divisão nas cores azul e laranja. Existe até mesmo uma folha dividida em duas cores. Sua árvore não tem frutos.

No penúltimo encontro, elas desenharam novamente uma árvore. Rita escreveu sobre esta segunda árvore: “Eu sou uma árvore antiga de tronco médio, marrom escuro, com quatro galhos grossos na frente. Minhas folhagens têm as cores, verde, claro, verde escuro, azul, laranja e amarelo. Laranja e amarelo são as cores dos meus frutos que estão Guardo histórias esquecidas, brincadeiras de criança e no meu tronco e nas minhas raízes guardo o DNA da floresta que tem seu próprio ritmo e seu próprio jeito de transmitir as ccoisas coisas." escondidos nas folhagens e que ainda não estão no ponto de serem colhidos. Tenho a ronte grande, e sou antiga.”

É interessante o fato desta escrita criativa estar na primeira pessoa, aqui a árvore aparece com uma copa rica, volumosa e toda preenchida. Segundo o Buck, o tronco simboliza a força interior, o sentimento de poder e de sustentação do ego e fornece dados sobre o desenvolvimento emocional e integração da personalidade.

Nesta árvore (Figura 3) o tronco é mais denso, forte e, segundo Rita, nele está guardado o DNA da floresta, ou seja, tem ligação e conexão com a floresta, com a natureza. É bastante simbólica essa passagem e demonstra que há integração, *grounding* (enraizamento) e conexão da sua essência com o todo. Além disso, aqui é notável como ela valoriza suas características pessoais e sua sabedoria interna.

Essa segunda árvore tem frutos, escondidos, mas já nascidos. Simbolizando, no desenho da árvore, segundo Buck (2009), o produto, a perpetuação, o desejo de realização. Ainda de acordo com Buck, os galhos simbolizam os “braços da árvore”, a capacidade para obter satisfação no meio ambiente. Nesta segunda árvore estes se encontram bem mais grossos e assim ela os descreve, demonstrando que existe maior integração e satisfação com o meio externo. É interessante a valorização do passado, a alegria e leveza da criança que aparecem no texto de Rita sobre a árvore.

No último encontro Rita relatou que o processo foi muito produtivo, que a ajudou a “se perceber e sentir mais.” Disse que está mais consciente de suas emoções, que percebeu que reprimia muitos sentimentos. Relatou que se percebia mais presente, se comunicando com mais clareza e que achou o trabalho em grupo muito potente. Suas palavras finais foram: "sou grata”.

Questionada sobre o que se transformou do início dos encontros e o fim destes, Rita disse: “Estou mais mobilizada e mais sensível. Não posso dizer ainda que estou bem. Estou mobilizada com tudo, tentando processar tudo e às vezes eu percebo que esse, entendimento e descoberta de mim e do mundo é uma coisa para a vida”. Diz que no início do processo estava entorpecida. Não sentia muito e que hoje vê que se não sentisse tristeza não sentiria outras emoções também.

Fig. 3 – Árvore 2

Fonte: Acervo pessoal

Vínculo e pertencimento

Ao final dos encontros, fizemos algumas perguntas às participantes e Rita fala de alguns trabalhos que foram importantes na sua jornada no grupo. Citou a mandala coletiva que fizeram com sementes, grãos e temperos. Rita disse que sentiu uma sensação boa, de plantar (Figura 4). Segundo ela, a atividade fluiu, achou as cores vivas e o cheiro interessante. A mandala lhe dava uma sensação boa de olhar, contato com a vida e sinestesia, que é o cruzamento de várias sensações juntas.

Esta atividade foi bastante significativa no que se refere ao sentimento de pertencimento no grupo.

Fig. 4 – Mandala

Fonte: Acervo pessoal

Algumas integrantes se sentiram muito bem de fazer algo coletivamente, já outras ficaram bastante incomodadas.

Outra ocasião que favoreceu o vínculo entre elas, foi a atividade na qual as outras integrantes iam adicionando elementos nos desenhos começados por uma participante. Antes disso, como sensibilização, houve um momento em duplas na qual elas se olhavam nos olhos por alguns minutos. Rita relatou desconforto no

momento de olhar em dupla, pois sentiu que poderia estar sendo intrusiva. Mas gostou muito de receber as intervenções das outras participantes em seu desenho.

O trabalho final de Rita recebeu o título de “O olho” (Figura 5) esta foi a escrita criativa: “Qual é a hora de perder e aceitar auxílio? Qual é a graça de fazer tudo sozinha, se juntos podemos não só somar, mas multiplicar experiências, sentimentos, vivências. Por que por tanto tempo eu achei que tinha que fazer tudo sozinha, que eu não podia errar, que o que eu fazia não era bom, mas era o que eu dava conta na época. Agora começo a entender que o que é feito junto pode ser melhor. Não quero apenas pedir auxílio, mas aceitar esse auxílio e crescer”.

Fig. 5 – O Olho

Fonte: Acervo pessoal

Nós nos curamos através da relação com o outro e o sentimento de pertencimento é muito importante no processo de desenvolvimento individual. A maneira como cada pessoa se sente em um grupo reflete como está a sua relação consigo mesma e a ampliação do vínculo e empatia é extremamente curativo.

Em Rita percebemos abertura para as outras integrantes do grupo e o desejo de vínculo. Aqui notamos pouca defesa e resistência ao trabalho, além de um desejo de confrontar suas questões e avançar.

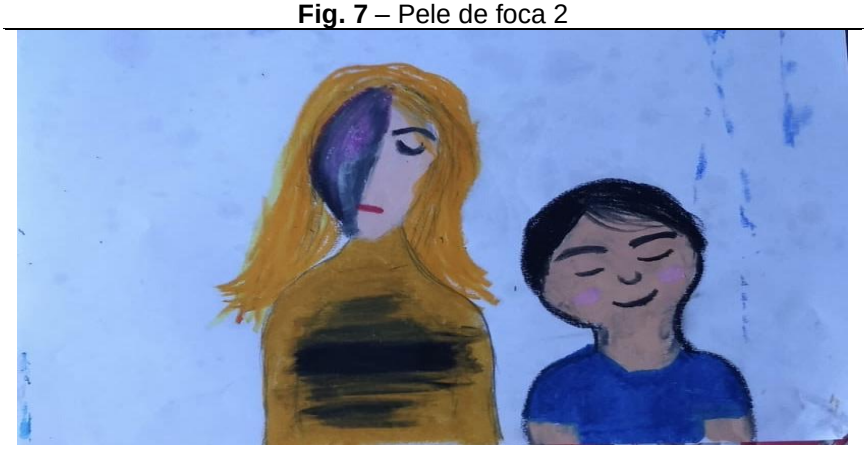
A busca pela alma

Rita citou também o trabalho realizado sobre o conto “Pele de Foca” (ESTÉS, 1994), relatou ter a sensação de “volta pra casa”, mas também entrou em contato com seu autojulgamento, inclusive em relação a essa busca e ao que lhe impede o prazer no seu caminho. Sua palavra foi “caminho”. Notamos sempre esta dualidade em seus processos, um lado que quer ir ao encontro da essência e um lado que julga e a impede. Quando Diniz (2015) fala que a criatividade é uma semente procriadora e que é fundamental no processo de individuação, compreendemos que a busca por entrar em contato com a essência e o ato de criar caminham juntos. Rita, em seu processo criativo, tem acessado seus conteúdos internos cada vez mais através de seus trabalhos, tanto a essência, quanto as sombras (Figuras 6 e 7).

Fig. 6 – Pele de foca 1

Fonte: Acervo pessoal

Fig. 7 – Pele de foca 2



Fonte: Acervo pessoal

Estes trabalhos, juntamente com o da sessão seguinte, têm a ver com a busca da alma, a busca pela própria fonte e por integração.

No encontro seguinte fizemos uma visualização de limpeza energética e Rita pintou um pássaro (Figura 8), disse que ele trazia sensação de alegria. Segundo ela "o fato dos pássaros serem considerados como mensageiros divinos e de que em algumas culturas representa a própria alma. Fico me perguntando: - Se esse é um símbolo tão presente nesse momento o que minha alma está querendo me dizer é pra gente seguir em frente. Pra que eu possa seguir uma vida sendo fiel a mim mesma".

Fig. 8 – Pássaro

Fonte: Acervo pessoal

Busca ao sol

O pássaro foi recorrente em seus trabalhos, a primeira vez foi no atividade de desenhar e contar história, desenvolvido por Trinca (2013). Cujo título foi: "O vôo da liberdade". A história foi a seguinte: "Em um lugar desconhecido do tempo, em cada coisa simplesmente era o que era, havia dois pássaros. Um pássaro chamado "yellow", esse já havia aprendido a voar. Tinha atendido ao chamado da sua natureza em voar em direção ao sol quente, ele sempre fazia o que tinha de fazer. No entanto, havia outro pássaro, o pássaro azul. Esse estava aprendendo a voar. Apesar do impulso de voar em direção ao sol. O medo ainda o impedia de voar. Dava pequenos pulos no impulso de voar, mas ainda não havia alçado vôo. Já é tempo de voar". Trouxe como palavra final, neste encontro: Reflexiva.

Nesse trabalho também percebemos os dois eus que coexistem, o que quer voar em busca do sol e o que tem medo. "Já é tempo de voar", ela conclui. Aqui aparece o desejo que estava ali desde o início, a busca pelo desconhecido que vimos na primeira árvore e em sua escrita criativa.

Segundo Weigand (2005), o prazer tem a ver com o estado vibratório, através da expansão/contração do organismo, essa pulsação tem a ver com a liberação da espontaneidade. Aqui aparecem, nas figuras dos pássaros (Figura 9), os símbolos da contração e da expansão: o pássaro azul se contrai no medo, enquanto

amarelo se expande no vôo livre rumo ao sol. Percebemos então estes dois movimentos em Rita e a pulsação o seu processo.amarelo se expande no vôo livre rumo ao sol. Percebemos então estes dois movimentos em Rita e a pulsação no seu processo.

Fig. 9 – O voo da liberdade

Fonte: Acervo pessoal

No trabalho realizado sobre o conto “Patinho feio” (Figura 10), o sol aparece novamente, e de novo a dualidade. Rita intitulou sua pintura como “Indo procurar sua turma”, e se identificou com o momento no qual o patinho decide ir embora procurar o sol. Relatou sentimentos de liberdade e agonia. Disse que buscar este caminho é menos fácil, é desafiador. Ao final do encontro ela disse estar se sentindo reflexiva e confusa, mas também energizada.

Conforme percebemos, ao longo do relato, quando estamos saudáveis, a energia flui livremente e quando existem bloqueios, a energia regride, fica impedida, gerando desânimo e apatia. Para Philippini (2011), o processo criativo restaura e libera o fluxo da energia psíquica permitindo a expressividade do indivíduo. É o que percebemos no processo de Rita, quando, mesmo havendo dualidade e medo, ela usa a palavra “energizada" para descrever como se sente após o encontro. Ela está acessando cada vez mais suas emoções bloqueadas, trazendo para a consciência a sombra, o medo inconsciente, liberando assim o fluxo energético. Percebemos um desejo profundo por avançar no caminho do autoconhecimento e de expandir seus limites, uma busca por liberdade e liberação emocional.

Fig. 10 – O patinho feio

Fonte: Acervo pessoal

O simbolismo do sol é muito forte. Ele é o grande astro, em diversas culturas é cultuado como o maior Deus. Nesses dois trabalhos o sol e a busca por ele estão presentes. De acordo com o Chevalier & Geerbrant (2003, p. 70) o sol simboliza a luz, o amor, a paixão, a vitalidade, o conhecimento, a juventude, o fogo, o poder, a realeza, a força, a perfeição, o nascimento, a morte, a ressurreição, a imortalidade. “Símbolo complexo, o Sol é um elemento presente em muitas crenças, rituais e costumes desde a antiguidade, representando a força vital e o poder cósmico; e, por isso, esse símbolo está presente em muitos mitos da criação do mundo”.

A presença do sol em seus trabalhos indica essa vitalidade que parecia ausente quando Rita chegou ao grupo e aponta para o desejo de realização e de renascimento da força criativa em sua vida. Rita já demonstra aqui, na primeira fase dos encontros, a força vital que a faria continuar seu processo de forma intensa até o encerramento do trabalho.

Resgate das origens - enraizamento (*Grounding*)

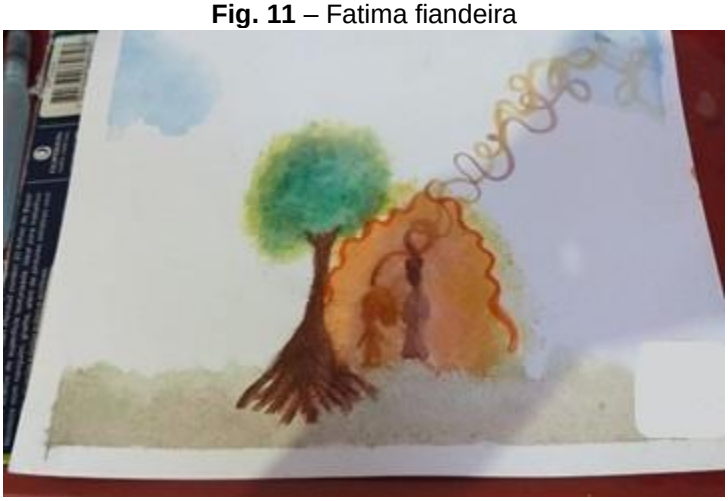
No trabalho sobre o conto “Fátima fiandeira” Rita retratou como a parte que mais gostou o momento inicial da história, quando Fátima está fiando com seu pai. Foi interessante, pois é exatamente o passado que a personagem traz no final da história e o que permite integrar toda a sua vivência. O resgate, a valorização e a integração do passado tem aqui uma força muito grande. Esse resgate também está presente na segunda árvore de Rita (Figura 11), quando ela diz “[…] sou antiga. Guardo histórias esquecidas, brincadeiras de criança".

Neste encontro, utilizamos o café para pintar. Rita disse que tem usado muito a aquarela em casa, diz que está experimentando ter menos controle da produção e que está gostando de trabalhar com um material mais fluido. Disse ter gostado de trabalhar com o café, que, como a aquarela, demanda entrega, paciência, aprender a fluir com ela. Sua palavra no final da atividade foi entrega. Parecia estar se sentindo bem ao final do encontro, mais leve do que antes.

O conceito de *grounding* tem relação com a terra, com o contato com a realidade, conexão. Estar presente, em contato com o seu corpo, em contato com o chão. De acordo com Weigand (2005), "Assim, todas as expressões: estar de pé sobre os seus pés, tomar uma posição, manter os pés no chão, tem a ver com *grounding”* (p. 39). A terra aparece nesse trabalho, bem como as linhas que estabelecem a ligação com o pai e com o passado, com a sua história, a reconectando.

Há raízes fortes na árvore e ela e o pai estão envoltos por um halo que se assemelha a uma fogueira, que traz força e proteção. Tons terrosos prevalecem em toda a pintura. Rita relatou também que tem feito em casa os exercícios corporais de *grounding* que conduzimos diversas vezes ao longo dos encontros, tanto presenciais quanto online.

Fig. 11 – Fatima fiandeira



Fonte: Acervo pessoal

Validação e integração das emoções - coragem e força para sentir

O encontro no qual fizeram uma escultura com uma barra de sabão já se aproximando do fim, também foi mobilizador para Rita. Para ela, neste trabalho apareceu a questão do entorpecimento, da negação do sentimento, mas também da existência da sua força.

Neste encontro, Rita esculpiu uma coluna grega (Figura 12) que, segundo ela, lhe trouxe muita emoção e certa tristeza. Disse que a coluna estaria sustentando seus sonhos, como uma "viga mestra". E que enquanto fazia o trabalho sentiu como que uma "constatação de suas falhas e dificuldades que ela não pode mudar". Ao mesmo tempo, reconheceu coragem em si mesma. Descreveu sua coluna como sendo uma "coluna amarela, forte, corajosa, com verdades e vulnerabilidades, uma coluna que já tem marcas. Ela é opaca, não dá pra ver através dela e no seu centro tem emoções e vulnerabilidades.“ A frase que a coluna lhe dizia era “Existir é um ato de bravura“. Eu disse: sentir também e ela concordou. A palavra final de Rita neste encontro foi alívio. Esta foi à escrita criativa deste trabalho:

“Tantas partes adormecidas que agora acordam.
Tantas partes prisioneiras de mim.
Tantas possibilidades perdidas.
Dores que não foram sentidas.

Choros que ficaram por chorar.
Abraços que não foram dados.
Palavras que ficaram entre os dentes.
Quantas vidas não vividas por medo.
Existem sim inimigos externos, julgamentos, dores, raiva, inverdades, mas o inimigo que mais me mal-trata é uma parte que tenta me derrubar, uma parte de mim que se deixa prisioneira, que julga demais, que critica demais, que dá desculpas. Admiro-me das pessoas que vencem inimigos externos. A que venceu o Talibã pelo direito de estudar. Eu anda luto comigo mesma com pensamentos negativos, excesso de cobrança e de críticas que ainda me mantém no mesmo lugar".

Este foi um trabalho bastante significativo no seu processo, se emocionando e se coonfrentando com questões profundas e antigas. O que ficou mais evidente para ela, foi o autojulgamento e como este a impede de acessar, expressar e aceitar os próprios sentimentos. Para Pierrakos (1990, p. 79), um dos empecilhos para a descoberta do verdadeiro é um "estado psíquico tenso, comprimido, como movimentos tensos e comprimidos da alma".

Quando ela reconhece coragem e vulnerabilidade na obra da coluna, está abrindo, descomprimindo. Reconhecendo e valorizando sua coragem de chegar até aqui, vendo bravura em sua existência e legitimando seu processo de mergulho em si mesmo. Rita percebe o entorpecimento em que esteve no passado e aceita dar mais um passo para encarar suas feridas, suas dores e a si mesma. E no fim, sente-se aliviada por se libertar do peso que é reprimir todas essas emoções.

Fig. 12 – Coluna

Fonte: Acervo pessoal

Considerações finais

Um dos objetivos da pesquisa era trazer presença e contato com as próprias emoções. Expressar as emoções faz com que a pessoa entre em contato consigo mesma e com sua força vital e, assim, esteja mais presente na vida, tornando-se mais conectada e enraizada. Quando Rita fala sobre a árvore que desenhou no último encontro ela diz que no tronco está o DNA da floresta. Aqui podemos pensar que ela fez contato com essa fonte interior que se conecta ao todo. Fonte que estava bloqueada (vemos o corte entre a raiz e o tronco na primeira árvore – Figura 2) pela desconexão dos sentimentos, interrompendo o fluxo energético de Rita.

A ampliação da consciência traz aceitação de si mesma e das próprias emoções, fortalecendo o ego e a autoestima. De acordo com a teoria construída na avaliação do teste HTP, as folhas representam a aparência e

beleza da árvore e simbolizam o contato com o ambiente. A segunda árvore (Figura 3) traz muitas cores, além dos frutos se preparando para serem autoaceitação.

Segundo Estés (1994), o efeito mais comum da poluição na vida criativa da mulher é a perda da vitalidade. A autora fala que quando a criatividade desaparece da vida de uma mulher temporariamente são períodos nos quais estamos em incubação. Diz que quando nossa energia criativa está envolvida no processo de incubação ansiamos pelo resultado e sentimos a ondulação dessa nova vida dentro de nós. Já quando a vida criativa morre sentimos perda de energia e cansaço há estagnação. Este estado de estagnação remete ao descrito por Rita antes de começar o processo arteterapêutico. Ela descreveu como entorpecimento a sensação. Ao final dos encontros, Rita parece estar neste lugar de incubação, no qual vislumbra movimento e transformações por vir, como no desejo de buscar o sol, por exemplo. Na sua segunda árvore, os frutos estão ainda escondidos por entre as folhagens, mas já estão lá.

Ao acessar sua criatividade, Rita parece ter saído deste entorpecimento e iniciado um movimento de reabertura do fluxo energético, trazendo mais vitalidade para si mesma. Mesmo que com tensões, percebe-se que a energia antes estagnada foi mobilizada. Ao acessar suas emoções, Rita acessou sua fonte de energia vital, antes bloqueada. A palavra que ela usou para descrever sua condição ao final do processo foi justamente “mobilizada”, que tem a ver com movimento, fluxo. Parece que houve transformação interna em Rita, seus conteúdos e sua energia foram movidos, seus sentimentos vieram à tona, trazendo a para a vida. Uma vida mais pulsante e com maior presença emocional.

Quando Pierrakos (1990) fala da busca pela liberação da essência, ele fala da força vital. Para ele, o processo de liberação do fluxo de energia “gera autoverdade, subjetivamente, e realismo, objetivamente. A mente exterior é, sistematicamente, treinada para acatar as maravilhosas formações energéticas que surgem da Essência. A mente pode, então, soltar os produtos da imaginação criativa, fazer conexões intuitivas, procurar as vastas oportunidades nos acontecimentos exteriores, e avaliar todos esses movimentos por sua exequibilidade e seu valor para o eu e para os outros. A vontade vai da suspensão da descrença à crença ativa. Traduz o potencial qualitativo do centro vivo da pessoa em ações concretas: faz com que os planos sejam completamente realizados” (p. 209).

Indicamos que Rita continuasse o trabalho terapêutico para elaborar o que foi trazido e aprofundar seu processo de autoconhecimento. Ela iniciou, assim, uma terapia individual com uma das estagiárias mediadoras do grupo e segue o acompanhamento, demonstrando grande força para a ação e o desenvolvimento pessoal.

Estés (1994) diz que se prepararmos um local psíquico especial, o ser, a força criadora, a fonte da alma irão ouvir falar dele e descobrir um caminho até ele. Rita aproveitou esse espaço e parece ter encontrado uma forma de acessá-lo que perdura para além dos nossos encontros.

Referências

ALESSANDRINI, C. D.; BRANDÃO C. R.; LIMA, E. P. **Criatividade e novas metodologias**. Série Temas Transversais, Volume 4. São Paulo, Fundação Peirópolis, 1988.

BUCK, John N. Casa, árvore, pessoa, técnica projetiva de desenho: **HTP**: **manual** guia de interpretação. 2 ed. São Paulo: Vetor, 2009.

CHEVALIER, J.; GHEERBRANT, A. **Dicionário de símbolos**. 18. ed. Rio de Janeiro: José Olympio, 2003.

COLAGRANDE, C. **Arteterapia na prática. Diálogos com a arte-educação**. Rio de Janeiro: Walk Editora, 2010.

DINIZ, L. (org.). **Arteterapia e as deusas**. Rio de Janeiro: Wak, 2015.

GARCIA, Rolando. **O conhecimento em construção**. Porto Alegre: Armed, 2002.

JUNG, Carl Gustav. **Memórias, sonhos e reflexões**. Rio de Janeiro: Editora Nova Fronteira, 1975.

LOPES, C. P. **Práticas criativas de Arteterapia como intervenção na depressão: memórias da pele**. Rio de Janeiro: Vozes, 2014.

_____. **Grupos em Arteterapia - redes criativas para colorir vidas**. Rio de Janeiro: Walk Editora, 2011.

PIERRAKOS, J. **Energética da essência (Core Energetics) - Desenvolvendo a capacidade de amar e curar**. São Paulo: Pensamento, 1990.

ESTÉS, C. P. **Mulheres que correm com os lobos**. Rio de Janeiro: Rocco, 1994.

PRADO, D. **Manual de activacio creativa: para una programacion alternativa y motivadora**. Santiago de Compostela, España: Libe, 2004.

ROGERS, C. **Tornar - Se Pessoa**. [S.l.]: Martins Fontes, 1961.

TRINCA, W. (org.). **Procedimento de desenhos-estórias: formas derivadas, desenvolvimentos e expansões**. São Paulo: Vetor, 2013.

WEIGAND, O. **Grounding na análise bioenergética: uma proposta de atualização**. São Paulo: Pontifícia Universidade Católica, 2005.

VYGOTSKY, L. **Linguagem, desenvolvimento e aprendizagem**. São Paulo: Ícone/EDUSP, 1988.

Recebido: 29/11/2021 | Revisado: 29/01/2022 | Aceito: 24/02/2022 | Publicado: 02/01/2022

2 - A FLUIDEZ DO ARAME: UM CAMINHO DA CRIATIVIDADE

Sandra Regina Santos[2]

Resumo: Neste trabalho mostraremos o arame como materialidade para facilitar o Processo de Individuação, segundo Jung (1964). Na Arteterapia são muitas as materialidades de comunicação dos conteúdos interno e externo; lançamos mão da expressividade através do arame nas vivências para libertar as emoções. Elegemos o arame para adentrar o mundo imaginário e a fantasia, e como ponte para o realismo projetivo, ou seja, materializar os bloqueios psíquicos. Sua modelagem torna possível a criação de objetos simbólicos durante o processo terapêutico, possibilitando caminhar pelo o que Philippini (2013) considera necessário para acessar o processo criativo. A criatividade toma contornos com a maleabilidade do arame quando trabalhado de forma lúdica. O lúdico implica sensibilidade, envolvimento, entrega e modificação interna, essa somatória gera uma mudança de atitude e transforma comportamentos. A ludicidade quebra couraças, despotencializa defesas e desfaz bloqueios psíquicos, estimula a espontaneidade, auto expressão, criatividade, imaginação, flexibilidade e prepara o crescimento pessoal (ANTUNES, 2011). No universo lúdico estão incluídos tudo que for dinâmico e divertido, ou o que possa proporcionar alegria, satisfação, realização, contentamento, prazer e lazer (SANTOS, 2011). O objetivo é refletir sobre as confecções simbólicas projetadas do inconsciente, valorizando o seu uso na Arteterapia como materialidade expressiva, mostrando o seu lugar no contexto mais amplo. Como método descritivo, analítico e transversal, vamos mostrar algumas produções coletadas em sessões clínicas. A abordagem lúdica foi para dar condições para a observação do fora de si, assim como revelar o dentro de si - profundidade emocional. Justificamos o trabalho por entendermos que a modelagem com arame possibilita a construção de uma maneira expressiva, comunica e serve como caminho para investigação de conteúdo onde o trauma impede o prazer e a realização de desejo. Apostamos na liberdade das revelações escondidas na psique pelas imagens tridimensionais sólidas e fluidas.
Palavras chaves: Arteterapia; Criatividade; Arame; Escultura.

The fluidity of wire: a path to creativity

Abstract: In this work we will show the wire as materiality to facilitate the Individuation Process, according to Jung (1964). In Art Therapy there are many materialities of communication of internal and external contents; we make use of expressiveness through the wire in the experiences to release emotions. We chose the wire to enter the imaginary world and fantasy, and as a bridge to projective realism, that is, to materialize psychic blocks. Its modeling makes it possible to create symbolic objects during the therapeutic process, making it possible to walk through what Philippini (2013) considers necessary to access the creative process. Creativity takes shape with the malleability of wire when worked in a playful way. The playful implies sensitivity, involvement, delivery and internal modification, this sum generates a change of attitude and transforms behaviors. Playfulness breaks armor, weakens defenses and undoes psychic blocks, stimulates spontaneity, self-expression, creativity, imagination, flexibility and prepares for personal growth (Antunes, 2011). The playful universe includes everything that is dynamic and fun, or that can provide joy, satisfaction, fulfillment, contentment, pleasure and leisure (SANTOS, 2011). The objective is to reflect on the symbolic confections projected from the unconscious, valuing its use in Art therapy as an expressive materiality, showing its place in the broader context. As a descriptive, analytical and transversal method, we will show some productions collected in clinical sessions. The playful approach was to provide conditions for the observation of the outside of oneself, as well as revealing the inside of oneself - emotional depth. We justify the work because we understand that modeling with wire allows the construction of an expressive way, communicates and serves as a way to investigate cases, where trauma prevents pleasure and the fulfillment of desire. We bet on the freedom of the revelations of the fugitive hidden in the psyche by solid and fluid three-dimensional images.
Keywords: Art therapy; Creativity; Wire; Sculpture.

La fluidez del alambre: un camino hacia la creatividad

Resumen: En este trabajo mostraremos el alambre como materialidad para facilitar el Proceso de Individuación, según Jung (1964). En Arte Terapia existen muchas materialidades de comunicación de contenidos internos y

---

[2] Psicóloga (CRP. 01/24658 - ABCA 162/0821), Pós graduada em Psicologia Junguiana, Psicogerontologia e Arteterapia. Com trabalhos apresentados em Congressos Nacionais e Internacionais. Escreveu os livros: Jung um caminhar pela psicologia analítica, WAK, 2008; De quantos deuses somos feitos- família simbólica, WAK, 2019 e o livro infantil: Vovó conta histórias dos bichos estudantes, Livro Lindo editor, 2016.

externos; hacemos uso de la expresividad a través del cable en las experiencias para liberar emociones. Elegimos el cable para adentrarnos en el mundo imaginario y la fantasía, y como puente hacia el realismo proyectivo, es decir, para materializar bloqueos psíquicos. Su modelado posibilita la creación de objetos simbólicos durante el proceso terapéutico, posibilitando transitar por lo que Philippini (2013) considera necesario para acceder al proceso creativo. La creatividad toma forma con la maleabilidad del alambre cuando se trabaja de manera lúdica. Lo lúdico implica sensibilidad, implicación, entrega y modificación interna, esta suma genera un cambio de actitud y transforma comportamientos. El juego rompe armaduras, debilita defensas y deshace bloqueos psíquicos, estimula la espontaneidad, la autoexpresión, la creatividad, la imaginación, la flexibilidad y prepara para el crecimiento personal (ANTUNES, 2011). El universo lúdico incluye todo lo que es dinámico y divertido, o que puede proporcionar alegría, satisfacción, plenitud, contentamiento, placer y ocio (Santos, 2011). El objetivo es reflexionar sobre las confecciones simbólicas proyectadas desde el inconsciente, valorando su uso en Arteterapia como materialidad expresiva, mostrando su lugar en el contexto más amplio. A modo de método descriptivo, analítico y transversal, mostraremos algunas producciones recogidas en sesiones clínicas. El enfoque lúdico fue proporcionar condiciones para la observación del exterior de uno mismo, así como revelar el interior de uno mismo: la profundidad emocional. Justificamos el trabajo porque entendemos que el modelado con alambre permite construir una forma expresiva, comunica y sirve como vía para investigar casos, donde el trauma impide el placer y la realización del deseo. Apostamos por la libertad de las revelaciones del fugitivo escondido en la psique por imágenes tridimensionales sólidas y fluidas.
Palavras-clave: Arteterapia; Creatividad; Aambre; Escultura.

Introdução

Entendemos que a modelagem do/com o arame possibilita a construção de uma nova maneira de expressão e comunicação, assim como serve de caminho para investigação de casos traumáticos, onde o trauma impede o prazer e realização de desejo. O arame possibilita uma imagem tridimensional sólida e fluida; dessa maneira podemos apostar nos fluxos sempre em busca das revelações do fugidio que se esconde na psique.

Trazendo o arame como materialidade para as sessões terapêuticas, pensou-se em ampliar o conceito da sua dureza, que antes nos levava aos termos do sólido, resistente, rijo, estável, *para agora*, aplicarmos o olhar através das experiências modeladas em objetos simbólicos. Vamos nos apoiar na flexibilidade promovida pelo arame e inverter o olhar mostrando o quanto ele é mutante e se transforma na ação das mãos. O quando torna o objeto plástico, simbólico e vivo, ou seja, o quanto permite os fluidos, as comunicações, as relações, revelações e reverberações simbólicas. Como conhecemos, em todo objeto observamos sua energia particular, informações, conexões e geografias, que ganham espaço pela materialização da projeção simbólica do desejo. Isto é, o arame ganha formas, fechadas e abertas, estáveis e instáveis, ganha as interconexões, as encruzilhadas e as passagens para revelar conteúdos inconscientes.

Vimos que, o que foi produzido com o arame, pode ser capturado e não escapou à linguagem simbólica. Com essa materialidade ampliou-se o sentido tátil e visual que pode ser reconstituído a partir do fazer afetivo, e ser transformado em algo que revela sobre quem fez. O arame torna provável aquilo que se combatia internamente, ou se apresentava como *nó*, ou ainda, como um emaranhado psíquico. Podemos encontrar no objeto algo que informa e se propaga sobre a emoção. Esse processo é subjetivo, individual e único. Sobre esse tema buscamos as palavras de Philippini (2013, p. 61) que escreve: “o processo arteterapêutico permite o contato com a própria subjetividade e estimula o potencial criativo. É o potencial criativo que dinamiza e possibilita a exteriorização concreta dos conteúdos que precisam ser trabalhados.”

Nessa materialidade há algo de *Mercúrio/Hermes*, o deus grego/romano, que transita pelos três mundos, céus, terra e inferno. Manusear o arame torna possível forjar algo que comunica conteúdos desses mundos; ele se dispor a maleabilidade e nesse contexto, a pessoa pode ser o escavador e/ou escultor do próprio silêncio e fala. Imageticamente, torna-se um artífice, artista de si mesmo. Para esclarecer o que digo, busco nas palavras de Ciornai (1994, p. 40) que diz sobre o fazer artístico. No seu entendimento, ele *“nos provê uma oportunidade de nos mobilizarmos em ação [...]. Em ação nos surpreendemos com o próprio fazer, com o produto que aos nossos olhos emerge como espelhamento-criação da nossa interioridade em relacionamento com o externo.”* Ao ser percebido como o fazedor da própria obra, defendemos que a existência das coisas surgidas pelas mãos do desejo, se dá pela sua própria presença e realização, e se aviva quando comunicada com sentido e significação. Isto é, transfere para o campo da transmissão o poder, o direito, o controle e o domínio da autonomia, que *demarca o que é do que não é o real*. Entendemos que o que é forjado pelas mãos, pode mostrar os modos como a pessoa se relaciona com as coisas, como se impõem validando os fatos existentes ou não. Deste modo, o arame é indicado como forma de flexibilizar o controle racional e pode ser usado como material de uma etapa do processo terapêutico em direção ao processo de individuação, segundo Jung (1964). Sobre o conceito, Santos (2019) escreve que todo indivíduo tende a realizar aquilo que ele é em potencial. A individuação é a razão da existência do homem, pois reflete a sua expressão mais completa. O processo de individuação ocorre por meio das vivências que transcendem as experiências comuns do indivíduo no decorrer de toda a sua vida.

Para contribuir na construção desse processo, nas sessões de arteterapia, buscamos através de consignas, propor significações, ressignificações e transformações, para trazer à consciência o percurso do

processo de individuação. Então, propondo as confecções com a materialidade flexível - arame, possibilitamos vazar o imprevisto, o surpreendente, dando assim, a oportunidade de lidar com a experiência, *circuambulando* e aprofundando a análise do símbolo. Segundo Philippini (2011), é necessário não perder de vista que os processos de criação, apesar de singulares, são regidos por princípios universais e arquetípicos; o processo arteterapêutico brota de uma escolha adequada de materiais e de estratégias que favoreçam transformações. De acordo com a autora, o processo expressivo é gradual e é intensificado pela amplificação dos significados dos símbolos.

Diante do posto, reconhecemos a riqueza da Arteterapia enquanto caminho terapêutico que amplia o campo do autoconhecimento - *processo de individuação*. A Arteterapia valoriza e aponta que a singularidade e subjetividade se mostram a partir do material simbólico imaginado e materializado; no caso do arame, conduzido de maneira lúdica, simbólica e materializada para acessar e promover a liberdade de expressão para que se possa aprender a lidar com as emoções. Os conteúdos internos quando emergem e ganham atenção, são trabalhados para gerar a transformação desejada. Podemos dizer que o arame se revela como uma materialidade que se junta às demais usadas nos processos terapêuticos. Usamos na Arteterapia para facilitar a expressão das emoções e oportunizar uma boa comunicação simbólica. A grande contribuição do arame pode ser observada nos fluxos dos movimentos e na estática da materialidade modelada.

Método: Desenvolvimento das experiências

Foram elaboradas sessões com consignas distintas. Buscou-se a sensibilização corporal - mãos e olhos e sobretudo, sensações, pensamentos e emoções, usando o arame como matéria prima. Com esta atividade arteterapêutica foi possível reconhecer o valor da materialidade para cultivar o si mesmo, indo de encontro com a consciência do processo de individuação.

As sessões tornaram-se oportunidades para olhar cada movimento no espaço, no tempo, nos ritmos - como estímulos usamos musicais instrumentais; buscou-se o equilíbrio e a profundidade para manejar as inquietações pulsantes, que serviram como âncoras para trazer à tona os conteúdos do inconsciente tornando-os mais conscientes.

Com o arame buscou-se a modelagem, alisando, torcendo e retorcendo em todas as suas variantes, tornou-se possível através desta plástica as pessoas serem mais flexíveis e espaçosas, rítmicas e profundas, isso possibilitou se abrirem para a vida se deixando circular melhor, com leveza, fluidez, centramento e autoregulação. Ou seja, ao se ligarem com o arame flexível e rígido, reconhecendo os movimentos, conscientemente se ampliando, criaram condições de se regenerarem enquanto descobrem as possibilidades e as novas formas. Esse processo se deu quando percebem que tomaram algo do mundo interno e trouxeram à luz, para criar a própria fala. Nessa perspectiva levou-se em consideração a expressividade lúdica dos movimentos conseguidos no arame, o que nos possibilitou acessos emocionais.

As produções modeladas foram vistas como objetos da fala, de afeto atravessado pela energia psíquica, que se restabelecia em alinhamento energético fluindo livremente, para melhorar a saúde como um todo. Sabe-se que o autocuidado melhora a autoestima.

Nas modelagens com o arame consideramos as produções como um meio que conta histórias subjetivas e individuais, de forma não verbal, mas que informa sobre suas marcas, traumas, lesões, violências e sofrimentos, alegrias e prazeres, isto é, mostra os atravessamentos que constituem a identidade. *"No que o homem faz, imagina, compreende, ele o faz ordenando. Ele dá formas"* (OSTROWER, 1977, p. 24). Com essa proposta o arame ganhou forma e fala, e com as narrativas das experiências tornou-se possível ampliar a noção simbólica e real sobre as dimensões de cada ser.

Nas sessões de arteterapia, o símbolo produzido passou a ser referência no processo de transformação ao estabelecerem relação com a materialidade ganhando novas percepções, nova qualidade de energia quando direcionaram a atenção ao fazer presente e afetivo. Neste sentido, houve integralidade e fortalecimento dos sentidos em relação a algo, um algo além do que conheciam quando dialogaram com a força interna de criação dos movimentos. Zimmermann (2009, p. 114) escreve: "graças a esse ritmo o universo inteiro reside em mim, enquanto eu habito todo o universo." Entende-se daí, a fonte consciente do processo criativo. *"O processo criativo ativado de maneira adequada, restaura, resgata, recupera, reorganiza, redireciona e libera o fluxo de energia psíquica em prol do bem-estar e da expressividade de cada indivíduo"* (PHILIPPINI, 2011, p. 23).

Nas propostas de modelagem, os sentidos foram permeados pelo fazer afetivo e os resultados criados poderão ser vistos adiante. Os sentidos foram evocados para descobertas, celebrações e experiências de transições em si mesmas. Os objetos ganharam formas no tempo e no espaço, foram ritmados para formar e dar um sentido relacional; nosso olhar focou na regularidade dos movimentos repetidos, foram momentos para observar os processos de descobertas de si mesmas, o que estava sendo possível fazer, ou seja, se deter nas singularidades e novidades surgidas. Assim, as construções foram acontecendo, e as pessoas foram percebendo a própria capacidade de sentir e utilizar o arame como ferramenta de manifestação e interação com as suas memórias e com o mundo.

O universo da sensorialidade e da materialidade pode ser visto na criatividade, na imaginação e na expressão dos movimentos e gestos expressados nos objetos simbólicos. *"O criar só pode ser visto num sentido global, como um agir integrado em um viver humano. De fato, criar e viver se interligam"* (OSTROWER, 1977, p. 5).

Com o material produzido e analisado viu-se territórios sensoriais, organização espacial e acesso ao dentro e o fora interligando aspectos do criar e do viver a partir das experiências com o fazer dando forma, acolhendo a própria identidade e transformando o que lhes foi possível, descobrindo um novo modo de ser. Segundo Granja (1996, p. 56), *"tomar consciência é tomar forma; temos a estrutura geométrica na evolução da mente porque são padrões de percepção de arquétipos, consciência pode ser definida como percepção da forma".*

Resultados e Discussão

Foi possível perceber com os trabalhos, que cada pessoa fez uma conexão diferente com os próprios pensamentos, sentimentos e emoções, com os conteúdos internos de si mesmo. Foram quatro sessões consecutivas trabalhando com arame para oportunizar rever, refazer ou ainda construir novas esculturas. Dentro deste contexto, sentiram a ampliação da consciência quando olhavam para o que tinham feito, mostrando sair do lugar em que permaneceram por algum tempo. Alguns disseram que viam o tempo passar sem conseguir sair do problema, não viam saída, mas ao fazer a escultura de arame percebiam o quanto poderiam se transformar sendo flexíveis e mais coloridos.

A materialidade foi escolhida por escutar nas sessões suas narrativas, onde demonstraram certa rigidez e fixação de padrões. Relataram que não sabiam como transformar o que os incomodavam, sentiam vontade de agir, mas não encontravam um jeito, um modo claro. Com a proposta do arame puderam expressar e materializar os incômodos. Assim, fomos *circuambulando* os símbolos e puderam ressignificar e esclarecer as alternativas sendo mais flexíveis, e as possíveis transformações ao dobrar, torcer e preencher o arame.

Uma das participantes desta experiência com arame foi uma moça de 42 anos, solteira. Ela se sentia adormecida na vida, segundo sua narrativa, vive só e repete o que aprendeu até então, sente medo de mudanças. Mas, a partir do contato com essa materialidade, pode esculpir no arame sua vontade e reconhecer sua potencialidade, hoje está começando um novo discurso, mais animador e segue com as sessões de psicoterapia e arteterapia.

Diante do seu trabalho fala que lida melhor com a ansiedade porque se lembra que pode ser flexível e firme como o arame. Acrescentou dizendo que sentia-se mais calma ao pôr as contas no arame e torcer para esculpir um boneco foi surpreendente. Uma representação criativa dela mesma. (Figura 1) - *"O que eu precisava mudar em mim, está sendo flexibilizado cada vez que mexo nesse boneco em casa, repenso sobre a dureza com que vinha na vida; agora é só aceitar melhor as mudanças e ser feliz."*

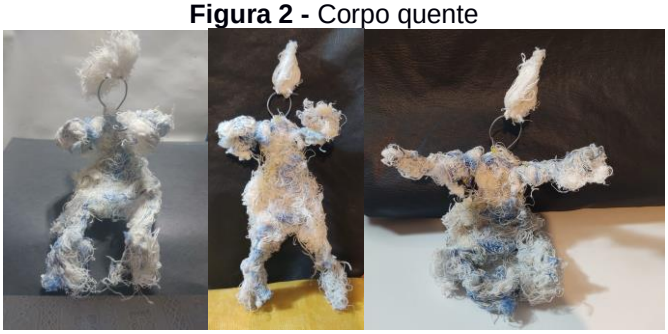
Figura 1 - Flexibilidade do eu

Fonte: Acervo pessoal

Destaco outra imagem por ser muito tão significativa e transformadora. Acompanho o caso por alguns meses, e observando o processo de sentimentos negativos, culpa, remorso e ressentimento pelos pais, por muitas vezes a pessoa se emociona e chora muito ao falar dos relacionamentos, sobretudo com a mãe. Nesta relação materna aflora a angústia e a tristeza. Ela tinha impressão que a mãe não a compreendia, a preteria porque a irmã mais jovem necessitava de muita atenção, ou seja, havia muito ruído na comunicação entre elas. As brigas eram constantes. Mas tinha vontade de esclarecer e melhorar os sentimentos que diz, ser tóxico e estar fixo nela.

No trabalho realizado com arame, se descreveu como uma pessoa que quer ficar mais flexível, mais saudável, para ter alegria e felicidade ao lado da família. (Figura 2) - *"Eu me fazia de forte e segura, mas fazendo esta escultura pude ver o quanto era rígida e sofria, me defendendo dos medos e sendo agressiva com a minha mãe e irmã. Vendo a minha escultura, onde colei a estopa, até pensei em colocar missangas, mas acho que assim, ela fica mais quentinha, e é o que quero, bem na verdade eu queria aquecer o meu corpo com outros sentimentos. Então, pude ver o frio do arame, como eu, e quis aquecer e formar esse abraço que me fez lembrar o abraço que a minha mãe queria me dar. Ela tentava me abraçar e eu fugia, sentia raiva dela… Agora, vendo essa imagem me sinto mais aconchegada nela, mesmo porque ela já foi embora para outro plano. Mas hoje, recebo o seu abraço e dedico essa boneca a ela. Agradeço por me ensinar muitas coisas, ainda que eu resista em aprender, hoje me sinto protegida, estou tentando entender e me aceitando mais".*

Figura 2 - Corpo quente



Fonte: Acervo pessoal

Na Figura 3 a pessoa identifica a sua busca pela própria identidade. Este trabalho é de uma jovem de 22 anos, que tem o nome composto, e quando criança se sentia confusa com isso. Pelos familiares era chamada pelo primeiro nome, pelos amigos da escola e vizinhos era pelo segundo, que é o que ela mais gosta, e é como se apresenta até hoje para os novos amigos da universidade.

Quando fez essa escultura de arame colocou algumas características associadas ao primeiro nome, alegre, descontraída e falante, mas que ficam escondidas porque sente medo das represálias da mãe, que muito chama sua atenção por ser expansiva, então se recolhe na insegurança e raiva.

Mas conta que fora de casa, se sente segura e espontânea para ser brincalhona e bem humorada com o segundo nome. É com essa escultura, com a carinha risonha e flexível, que se associa ao segundo nome. Olhando para o seu trabalho, viu que pode ser como quer ser com os dois nomes. Nesta atividade plástica com o arame, ela se autoriza a ser mais flexível, saindo da dureza e do esconderijo que se refugia da mãe. Sente que sair da dureza, é ser ela mesma com os dois nomes; isso a fortalece para se comportar igualmente nos ambientes que frequenta.

Figura 3 - Identidade

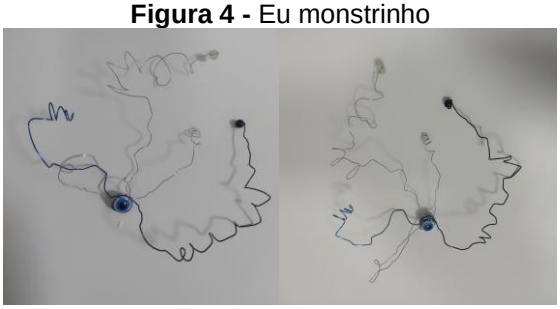
Fonte: Acevo pessoal

Na Figura 4, a escultura foi feita por uma jovem de 31 anos, com uma narrativa confusa no seu desejo profissional. Trabalhou como professora de crianças pequenas em uma escola particular, e com o fenômeno da pandemia foi dispensada. Ficou por meses desempregada, e com isso foi desenvolvendo um quadro ansioso e depressivo, buscou ajuda terapêutica para sair do “buraco”, que dizia que estava entrando.

Em contato com o arame, sentiu inicialmente um estranhamento e disse: - Como isso pode me ajudar? Depois de sentir o material, se concentrou e torceu os pedaços de arame até achar uma forma para ele. Ao ver o que fez, achou bonito e associou dizendo: - “parece eu mesma, um monstrinho perdido, só que ao ver os olhos na caixa, imaginei que poderia usar para me ajudar a achar outros caminhos para seguir.”

Ao *ver, sentir e ler* o seu trabalho, ela ficou mais alegre, percebe que pode encontrar outras coisas para fazer além de ser professora. Hoje está inscrita no mestrado e se sente realizando um desejo. Sua postura interna e externa mudou, conta que está mais leve e mais flexível com ela mesma e com seu entorno. Continua com as sessões de psicoterapia e arteterapia.

Figura 4 - Eu monstrinho



Fonte: Acervo pessoal

Na Figura 5, a escultura expressa a melhora do seu humor. Foi este o nome que deu ao seu trabalho, associando-o aos seus estados emocionais. Ela se dizia sem perspectiva de vida. Este trabalho é de uma adolescente com 16 anos, que não gosta de ir à escola e nem se relacionar com os colegas, neste momento de pandemia o isolamento lhe foi confortável.

Depois de alguns meses, recebeu a proposta de escultura no arame com boa disposição, mas se dizia sem criatividade. Aos poucos foi se sentindo à vontade com os materiais a sua frente, começou pondo as contas aparentemente sem muito critério, aparentemente para se acalmar, depois foi torcendo o arame até chegar onde quis. Ao se deparar com o que fez, associou aos seus humores, que variam muito de tamanho, forma e cores segundo a sua fala. Na sua narrativa contou que a ponta do arame para o alto, com a conta transparente, mostra que quer chegar a ser mais transparente, flexível e leve.

Figura 5 - Bom humor

Fonte: Acervo pessoal

Na Figura 6, a escultura tem a imagem dos muitos anos da sua vida, segundo a pessoa que a fez. Ela tem 65 anos e quis representar as coisas boas e ruins que já passou. Para tanto, escolheu contas, miçangas, lantejoulas de tamanhos e cores variadas. Torceu várias vezes, até encontrar a boa forma que representa os anos e feitos da sua vida. Quando perguntado porque não está totalmente cheio? Ela me disse que deixou um espaço para ir preenchendo com o dia a dia que lhe resta. - “Continuo vivendo e deixei o espaço vazio no alto para representar que estou numa fase muito boa da vida, agora aposentada, faço coisas que gosto para me distrair e me divertir. Afinal foram muitos anos de trabalho e cuidando de casa e filhos.” Conta que já fez muito pelos outros, marido e filhos, agora quer fazer para si, ou seja, procura fazer o que gosta para deleitar-se da vida. Desde sua viuvez, há cinco anos, procura atividades onde se sente mais livre e alegre, por isso buscou a arteterapia para falar dela e fazer atividades artísticas, como gosta de dizer. É perceptível seu gosto pelas sessões de arteterapia, gosta de ser desafiada para acessar a sua criatividade. Continua participando das sessões, não falta e nem resiste às propostas das consignas.

Figura 6 - Espaço para percorrer

Fonte: Acervo pessoal

Conclusão

Nas sessões de Arteterapia, a partir dos relatos e das experiências vividas com as esculturas de arame, foi possível concluir que o estímulo da expressão criativa através desta materialidade, facilitou a expressão de sentimentos, pensamentos, emoções e crenças, o que era fixo ou apenas conhecido, foi ampliado com a flexibilidade do material - a pessoa ganhou mais consciência das possíveis formas, de como conduzir as relações, consigo mesmas e com os outros. Ainda foi possível perceber a presença consciente no momento da atividade, onde ampliar a percepção dos eventos da própria vida foi surpreendente e, por vezes, prazeroso, exercitaram as escolhas dos materiais complementares na preparação das esculturas.

É importante ressaltar neste contexto que, algumas sessões do processo terapêutico foram realizadas por meio de plataforma digital, e isso não prejudicou a qualidade da presença e nem do trabalho em si, contudo, cabe também dizer, que com a melhora da pandemia, que nos assolou intensamente durante o ano 2020/2021, e moderadamente até hoje, algumas sessões foram presenciais, e a experiência dos processos foram igualmente satisfatórios. Foram entrando em contato com outras atividades da arteterapia, até que chegamos ao arame.

Esta atividade veio contribuir para o estabelecimento de um contato mais saudável e gratificante com a realidade experimentada no fazer afetivo. As imagens produzidas foram em sessões presenciais e os relatos confirmam o quanto o arame ajuda a desenvolver a expressão criativa, e a desenvolver potenciais que fortalecem

e dão recursos para a experimentação e flexibilização das circunstâncias, assim, para que se viva com mais qualidade e saúde mental.

Finalizo este trabalho, mas ele não se encerra, é apenas mais caminho nascido para se desenvolver nas sessões de Arteterapia, lembrando que o intuito é contribuir de forma integrada, abrir espaço de experimentações, ampliar as possibilidades de criatividade e consciência, para seguir com leveza, amorosidade, recomeço, flexibilização, e com a certeza de que muitas transformações surgirão com criatividade e com as experiências.

Referências

ANTUNES, Celso. **O lúdico e o brinquedo na escola**. In: SANTOS, Santa Marli Pires dos Santos. Brinquedoteca: a criança, o adulto e o lúdico (org.). Petrópolis, RJ: Vozes, 2011.

CIORNAI, Selma. **Percursos em arteterapia**. São Paulo: Summus, 2004.

GRANJA, Vânia. **O pensamento de Jung para o estudo do processo de criação na arte.** Rev. de Arteterapia Imagens da Transformação. Rio de Janeiro, RJ, v.3, n 3, 1996.

JUNG, Carl Gustav. **O homem e seus símbolos**. Rio de Janeiro: Nova Fronteira, 1964.

OSTROWER, Fayga. **Criatividade e processos de criação***.* Petrópolis, RJ: Vozes, 1977.

PHILIPPINI, Ângela. **Para entender arteterapia: cartografias da coragem**. Rio de Janeiro: WAK, 2013.

_____. **Grupos em Arteterapia: redes criativas para colorir vidas**. Rio de Janeiro: WAK, 2011.

SANTOS, Santa Marli Pires dos. **Brinquedoteca: a criança, o adulto e o lúdico.** (org.). Petrópolis, RJ: Vozes, 2011.

SANTOS, Sandra R. **De quantos deuses somos feitos-família simbólica**. Rio de Janeiro, WAK, 2019.

Recebido: 20/06/2022 | Revisado: 29/10/2022 | Aceito: 30/11/2022 | Publicado: 02/01/2022

3 - GRUPOS ARTETERAPÊUTICOS ONLINE: CRIATIVIDADE NA SUPERAÇÃO DE DESAFIOS E PROMOÇÃO DO AUTOCONHECIMENTO

***Samantha Kama*[3]**

Resumo - Objetivo: o presente artigo tem como objetivo discutir os impactos causados em participantes de dois grupos terapêuticos online, formados inicialmente por 6 e 9 mulheres, durante 13 encontros. **Método**: os grupos foram criados por meio de chamadas nas redes sociais, durante a prática de estágio no curso de Especialização em Arteterapia em Arte, Saúde e Educação, realizada entre janeiro e maio de 2022. Para isso, foi utilizado como referencial teórico Jung (1971; 1991), Philippini (1998) e Costa (2012), entre outros autores, tanto para a elaboração das atividades quanto para a fundamentação das discussões. **Resultados**: por meio da análise comparativa de questionários respondidos pelas mulheres antes e depois da participação no grupo, além dos relatórios elaborados sobre cada encontro, demonstrou-se a evolução das participantes e os impactos positivos da arteterapia. **Conclusões**: Concluiu-se que os grupos arteterapêuticos e o desenvolvimento da criatividade podem ser importantes aliados para a superação de desafios e promoção do autoconhecimento, a partir dos dados coletados e dos *feedbacks* das participantes.
Palavras-chave: Arteterapia; Arte; Criatividade.

Online art therapy groups: creativity in overcoming challenges and promoting self-knowledge

Abstract – Objective: This article aims to discuss the impacts caused on participants of two online therapeutic groups, formed initially by 6 and 9 women, during 13 meetings. **Method:** The groups were created through calls on social media, during the internship practice in the Specialization Course in Art Therapy in Art, Health and Education, between January and May 2022. For this, we used Jung (1971; 1991), Philippini (1998) and Costa (2012) as a theoretical reference for the elaboration of activities and for the reasoning of the discussions. **Results:** through the comparative analysis of questionnaires answered by women before and after participation in the group, in addition to the reports prepared about each meeting, which demonstrated the evolution of the participants and the positive impacts of art therapy. **Conclusions**: We conclude that creativity can be an important ally for overcoming challenges and promotion of self-knowledge by collected data and feedbacks.
Keywords: Art Therapy; Art. Creativity.

Grupos arteterapêuticos online: creatividad em la superación de de retos y promoción del autoconocimento

Resumen – Objetivo: Este artículo tiene como objetivo discutir los impactos causados en los participantes de dos grupos terapéuticos en línea, formados inicialmente por 6 y 9 mujeres, durante 13 reuniones. **Método**: Los grupos fueron creados a través de convocatorias en redes sociales, durante la prática de internado en el curso de Especialización en Arteterapia en Arte, Salud y Educación, realizado entre enero y mayo de 2022. Para ello, Jung (1971; 1991), Philippini (1998) y Costa (2012), entre otros autores, tanto para la elaboración de actividades como para el razonamiento de las discusiones. **Resultados**: a través del análisis comparativo de cuestionarios respondidos por mujeres antes y después de la participación en el grupo, además de los informes elaborados sobre cada encuentro, que demostraron la evolución de los participantes y los impactos positivos de la arteterapia. **Conclusiones**: Se concluyó que los grupos de arteterapia y el desarrollo de la creatividad pueden ser aliados importantes para la superación de desafios y promoción del autoconocimento.
Palabras-clave: Arteterapia; Arte; Creatividad.

Introdução

A arte é um fenômeno característico da espécie humana. Por mais que o artista, ou seja, aquele que produz arte, tenha se tornado um conceito associado a valores capitalistas, como viver da arte produzida, comercializá-la, obter reconhecimento etc., todos os indivíduos podem se expressar artisticamente sob as mais diversas formas e intenções.

---

[3] Arte educadora e Arteterapeuta. Licenciada em Educação Artística (FADM/DF), Especialista em Arteterapia em Arte, Saúde e Educação (UNIESP/PB). Local de trabalho: Ateliê Amare Cheia. Endereço para correspondência: Avenida Balduíno Carneiro Neto, s/n, Bairro Canaã, Icaraizinho da Amontada, Ceará, CEP: 62.545-000. E-mail: santhakama3@hotmail.com.

O conceito de criatividade, de acordo com De Bono (1992), é a capacidade de produzir algo que antes não existia. Essa capacidade é constantemente associada com a arte, embora não se restrinja a ela. Trata-se de uma habilidade humana de expressão e de resolução de conflitos, que pode se mostrar uma importante ferramenta na superação de desafios, seja na esfera pessoal, profissional ou social.

Todos os seres humanos nascem criativos e, durante a vida, podem desenvolver essa criatividade de acordo com as necessidades que surgem, inclusive no âmbito emocional. Utilizar a criatividade e expressar-se artisticamente podem ser estratégias importantes para lidar com os desafios do cotidiano, como propõe a arteterapia e como afirma Jung (1991, p. 54), “Essa relação [arte e psicologia] baseia-se no fato de a arte, em sua manifestação, ser uma atividade psicológica e, como tal, pode e deve ser submetida a considerações de cunho psicológico”.

No início da pandemia da Covid-19, principalmente no período de isolamento social, foi possível constatar que as artes, de forma geral, foram fundamentais para o cotidiano das pessoas, assim como o mundo digital, que precisou ser rapidamente integrado. Os meios de comunicação como o rádio, a televisão e, principalmente, a internet e as redes sociais, tiveram grande importância e fizeram companhia aos que enfrentaram os sentimentos de insegurança e medo desse momento de instabilidade.

Nesse contexto, com o intuito de investigar os potenciais reverberações promovidas pelo desenvolvimento da criatividade na vida das mulheres, realizou-se um estágio que se consistiu na implementação de um grupo arteterapêutico, com o objetivo de discutir questões relacionadas a gênero e sociedade, além da promoção do autoconhecimento entre as participantes. Foi feita uma chamada nas redes sociais, convidando mulheres de todos os lugares do Brasil. Aquelas que se voluntariaram a participar passaram por reuniões em que foi realizada uma *anamnese* e foram apresentados os termos éticos e acadêmicos do projeto.

Após a seleção das participantes, foram realizados 13 encontros, com periodicidade semanal e duração de aproximadamente três horas cada, em que os conceitos de arteterapia foram integrados, buscando associar o desenvolvimento da criatividade com os conflitos suscitados durante o período de convivência entre o grupo.

O presente artigo objetiva discutir os impactos da arteterapia causados pela participação dessas mulheres no grupo arteterapêutico, identificando como a criatividade pode auxiliar pessoas em diferentes lugares, de modo virtual, a enfrentar os seus desafios e, com muita coragem e com auxílio de um grupo, revelar e descobrir forças e estratégias de resistência.

Jung (1971, p. 493) ao discorrer sobre a habilidade humana de utilizar suas forças e fraquezas para a resolução de conflitos, afirmou “Na luta pela existência e pela adaptação, cada qual emprega instintivamente sua função mais desenvolvida, que se torna, assim, o critério de seu hábito de reação. Assim como o leão abate seu inimigo ou sua presa com a pata dianteira (e não com a cauda, como faz o crocodilo), também nosso hábito de reação se caracteriza normalmente por nossa força, isto é, pelo emprego de nossa função mais confiável e mais eficiente, o que não impede que às vezes, também possamos reagir utilizando nossa fraqueza específica. Tentaremos criar e procurar situações condizentes e evitar outras para, assim, fazermos experiências especificamente nossas e diferentes das dos outros”.

Com isso, conclui-se que que todas as pessoas são criativas, mas é preciso estimular a criatividade para que ela aflore e se expanda, possibilitando a sua gestão nas situações e conflitos do cotidiano.

Para alcançar o objetivo proposto, analisamos questionários respondidos pelas participantes antes e após as intervenções arteterapêuticas, além de relatórios das sessões, produções artísticas que resultaram desse processo e o próprio *feedback* das participantes, com suas considerações sobre as experiências vivenciadas.

Os grupos eram compostos de 6 e 9 mulheres, cuja faixa etária variava entre 25 e 55 anos. As reuniões aconteciam uma vez por semana, na plataforma *Google Meet*, com a apresentação de diferentes recursos expressivos, guiados sob temáticas e provocações variadas. As participantes eram encorajadas a falar sobre os sentimentos suscitados pelas atividades propostas e os materiais utilizados.

Guiadas por essa perspectiva junguiana, discutiremos como a criatividade pode auxiliar no processo de autoconhecimento, por meio da arteterapia.

Desenvolvendo a criatividade e o autoconhecimento na arteterapia em grupo

Os grupos arteterapêuticos na modalidade online mostraram que é possível criar conexões e estabelecer laços entre pessoas que não poderiam se conhecer de outro modo, devido à possibilidade de reunir, em uma sala virtual, indivíduos de vários lugares do mundo.

Todos nós nos deparamos, em algum momento, com as nossas inseguranças e conflitos emocionais e, assim, abrem-se possibilidades de lidar e dialogar com eles. Percebemos na arteterapia, no modelo online, uma forma de acessar questões intrínsecas e fazer a diferença na vida desses indivíduos, fazendo-os perceber que não estão sós para resolver questões do cotidiano humano e, no caso dos grupos analisados, questões relacionadas ao feminino, e se abrir para o ser criativo, dando a oportunidade de resolução desses conflitos sob a mediação do profissional arteterapeuta.

A UBAAT (União Brasileira de Associações de Arteterapia) gerou um documento com o objetivo de regularizar e orientar os arteterapeutas nesse novo ambiente virtual. Tratam-se das Diretrizes Nacionais de Atendimentos Arteterapêuticos mediados por tecnologias de informação e comunicação (TICs): “Como é citado na apresentação, o propósito do documento é criar condições de trabalho que propiciam o alcance e eficácia do

processo arte terapêutico, a quem necessite, na forma adequada, de modo que ,como terapeutas que somos, possamos contribuir para amenizar a pressão constante na população em geral ,em nossos alunos de arteterapia, e os gestores de cursos de arteterapia, atendendo fundamentalmente a necessidade ética de prestar serviços e dar suporte a ampla camada da população que encontra-se em sofrimento psíquico (UBAAT, 2008)".

Costa (2012, p. 59) discutiu a função e a importância do arteterapeuta, principalmente no gerenciamento de grupos com ampla diversidade cultural, como é o caso da arteterapia online "Ao valorizar o potencial cultural do artista e dos grupos atendidos, o arteterapeuta leva em conta a diversidade cultural de um país continental como o Brasil. O arteterapeuta deve estar atento as informações visuais fornecidas pela malha urbana e pelos indícios do layout produzidos pelos próprios artistas, presentes no look das pessoas e no visual comercial do entorno da instituição".

Expor-se para desconhecidas e acolher o próximo, em tão pouco tempo, em um ambiente virtual, proporciona um lugar seguro e neutro para a expressão dos conflitos e angústias das participantes, principalmente em um contexto pandêmico. Cabe salientar que as mudanças de contexto típicas da contemporaneidade já interferiam no modo de ser das pessoas mesmo antes da pandemia e do isolamento social, como afirmou Rodrigues (2014, p. 5): "O contexto não é mais o mesmo. Isso explica, talvez, o desejo de neutralidade e de recolhimento cada vez mais marcado por novas gerações: recolhimento, neutralidade que se traduzem frequentemente em termos de pessimismo, de desinteresse ou de resignação, mas que cientificamente, seriam frutos do encontro entre lições epistemológicas da história do presente e a evolução do contexto e da percepção imediata da história".

Logo, cabe ao arteterapeuta explorar as questões suscitadas nesse contexto, percebendo os conflitos e as suas angústias reveladas pelas participantes, com o intuito de mostrar como desenvolver e utilizar a criatividade para reelaborar suas questões internas e promover o autoconhecimento.

A dinâmica de um grupo arteterapêutico online foi uma solução encontrada para a realização do estágio no contexto pandêmico, em que a formação de grupos e de contato social foi totalmente reconfigurada. Percebeu-se que houve um movimento de mudança nas formações grupais, associadas à necessidade de resolução dos conflitos resultantes desses anos de angústia, luto e solidão. Assim, as participantes puderam perceber que o espaço do lar pode ser um ambiente propício a ser ressignificado, transformando-se num *setting* terapêutico capaz de propiciar os meios e estratégias para o autoconhecimento.

Nos grupos parecia haver um bloqueio para se encontrar com o mundo interior e inconsciente, mas em contato com a arteterapia e os materiais expressivos e do cotidiano, vê-se que qualquer um, em qualquer lugar e que tem um mínimo acesso ao mundo virtual, pode se beneficiar com os atendimentos online, que estão sendo cada vez mais comuns e inseridos no nosso cotidiano.

Análise da experiência de estágio online em arteterapia

Antes de iniciar os encontros, as participantes responderam a um questionário. As perguntas buscavam identificar a faixa etária, profissão, os conflitos e a familiaridade que essas mulheres tinham com a arte, além das expectativas que elas nutriam com relação à participação no grupo.

Questões como autoestima, exaustão, ansiedade, perfeccionismo, além de questões relativas ao isolamento foram apontadas pelas participantes no questionário inicial como temas que as incomodavam e que gostariam de trazer para as discussões.

Laço de flor[4], por exemplo, afirmou que se sentia perdida, ansiosa e preocupada. Ela complementou com o que a incomodava naquele momento e suas expectativas para o grupo: "Minha dificuldade de sair do lugar, de vencer a paralisação da ansiedade e do perfeccionismo. Vontade de aprender a criar só por criar, sem expectativa nem necessidade de que seja perfeito".

Flor de crochê respondeu, quanto às suas expectativas, que pretendia "Aguçar minha criatividade e com isso trazer essa criatividade para resolver questões pessoais e do dia a dia".

Flor Bahia por sua vez, disse que esperava com a participação do grupo: "Acredito que possa ajudar a me expressar melhor, me conhecer melhor... além de ajudar na ansiedade e me deixar mais focada no que faço".

Após a formação do grupo, definição de horários e identificação do perfil pelos questionários e *anamnese*, começaram os encontros virtuais. Eles eram iniciados com música e boas-vindas, seguidos de meditações guiadas, leitura de textos, entre outras atividades. Em seguida, as estagiárias apresentavam a proposta do que viria a ser realizado no dia, assim como os materiais necessários e as instruções para realização. Ao final, as participantes partilhavam as suas produções e os sentimentos que surgiram durante a elaboração.

Com antecedência, os materiais que seriam utilizados nas seções seguintes eram indicados, criando uma atmosfera precedente onde elas poderiam enriquecer seu *set* terapêutico particular. Philippini (2008, p. 20) explicou a importância desses momentos: "No processo arteterapêutico, os materiais expressivos, a adequação do setting e o acolhimento do arteterapeuta permitem que a energia psíquica se traduza em concretude através de produções expressivas diversas e, a cada transformação dos materiais, analogamente aconteçam transformações no nível psíquico".

[4]Os nomes das participantes do grupo arteterapêutico são fictícios.

Com materiais expressivos simples e, normalmente, caseiros, as participantes puderam perceber o quão fácil e prazeroso pode ser o processo artístico, aliado ao comprometimento, como se estivéssemos num ambiente controlado do atendimento presencial. No momento das sessões as participantes estavam sozinhas, com uso do fone e microfone e com os materiais previamente designados pelas estagiárias.

No período entre as sessões, as participantes se mantinham conectadas por um grupo de mensagens do *WhatsApp*. Elas utilizavam a câmera dos seus *smartphones* para enviar as imagens das suas produções e compartilhá-las com o grupo, em um momento de revelações, entregas e partilhas. Todas essas tecnologias foram muito importantes para a viabilidade do grupo de arteterapia, seja no processo de autoconhecimento e acolhimento, assim como na experiência de estágio das arteterapeutas.

Durante as sessões as participantes se mostraram abertas e disponíveis tanto para a elaboração das atividades propostas, quanto para a partilha. Percebeu-se que, no momento de compartilhar as atividades, algumas mulheres se sentiam à vontade para verbalizar questões mais íntimas das suas vivências, resultando em um espaço de apoio e acolhimento.

Foram utilizadas técnicas de colagem com recortes de papel, linhas e materiais orgânicos, desenho, isogravura, confecção de máscaras e mandalas, modelagem em argila, fotografia, escrita criativa e pintura, sempre articulados aos temas, responsáveis por direcionar o objetivo dessas atividades práticas e artísticas.

Observou-se que a assiduidade e o envolvimento com cada sessão emocionaram várias vezes as participantes, as quais demonstravam se fortalecer psicologicamente com o passar do tempo. Elas afirmavam que o trabalho em grupo era muito benéfico e que, mesmo sozinhas em casa, estavam em uma egrégora com as demais, sentindo e gerando um bem-estar relativo ao que compartilhavam e felizes por saberem que iam se rever a cada semana.

O luto presente nos encontros finais mostrou o quanto esse método de atendimento é sensível. Muitas participantes já relatavam que queriam dar continuidade e que esse momento faria falta em suas vidas. Também expressaram que ficaram muito gratas com a participação e que não imaginavam como tudo seria tão benéfico e enriquecedor. Sentir fazer parte de um grupo, mesmo que a distância, deixou-as com uma sensação de conforto e prazer.

A seguir serão destacadas algumas das produções realizadas pelas participantes, assim como os *feedbacks* que elaboraram sobre suas participações.

Em um dos encontros, foi proposta a seguinte atividade:

Encontro 3 - Olhar para o eu do futuro

Roteiro: Visualização guiada: Sente-se em uma posição confortável, respirando calmamente. Quando se sentir pronta, feche os olhos. Vamos inspirar em quatro tempos e expirar em quatro tempos (repetir 3 vezes). Volte ao ritmo natural da sua respiração e preste atenção nos movimentos que seu corpo faz enquanto respira. (escaneamento pelo corpo, buscando relaxar cada parte e procurando pontos de tensão para ser dissolvidos na expiração) Imagine que você está em um lugar muito bonito na natureza. Sinta os pés no chão enquanto caminha. Como é esse lugar? Observe o que tem à sua volta. Continue caminhando. Você vai ver uma escada em espiral e vai subir por ela. Essa escada te leva até uma sala toda branca. Ande por essa sala. Como você gostaria de decorar esse ambiente? O que colocaria nessa sala? Você percebe que uma pessoa se aproxima de você. Quando chega perto, você vê que é você mesma, só que dez anos mais velha. Você está se encontrando com seu eu do futuro. Observe como ela está vestida. Observe como ela fala, como se movimenta. Como ela parece ser? Quais características você percebe nela? Ela vai te mostrar um lugar. Onde você quer ir? Na sua casa? No local onde trabalha? Algum outro lugar? Como é esse lugar? Quais são os objetos, as cores? Vocês passam bastante tempo juntas. Pelo que essa mulher se interessa? Sobre o que ela conversa com você? O que faz parte da sua vida? Vocês voltam à sala branca. Vocês se abraçam e você pergunta a ela quais caminhos ela percorreu para chegar até ali. Despeça-se do seu eu do futuro, agradecendo pelo tempo que passaram juntas. A sala branca está se transformando no ambiente onde você se encontra agora. Preste atenção novamente em sua respiração e vá sentindo o seu corpo. Vá mexendo as extremidades e, quando se sentir pronta, abra os olhos.

Atividade: Colagem com materiais orgânicos.

Fundamentação Teórica: A técnica de colagem possui inúmeras vantagens para a arteterapia, pois utiliza de materiais simples e acessíveis, além de não exigir habilidades artísticas prévias. De acordo com Dutra (2012, p. 30), trata-se da “composição feita a partir do uso de materiais de diversas texturas, ou não, superpostas ou colocado lado a lado, na criação de um motivo ou imagem. É uma estratégia não muito antiga, criativa e que tem por procedimento juntar numa mesma imagem outras imagens de origens diferentes”. Além disso, de acordo com Machado (2020), “O processo da colagem cria condições para o paciente/cliente destruir algo organizado e reorganizá-lo de acordo com seus cenários internos e na colagem, da confusão da imagem anterior e a sua nova formatação irá trazer um momento de contentamento por reencontrar-se”.

Materiais: Terra, flores, folhas, gravetos, sementes, grãos, conchas, areia, entre outros, com suporte livre (plástico, papel, papelão, tecido, couro, objetos).

Instrução: Hoje vamos olhar para o futuro. Ou melhor, para os caminhos que nos levarão para o futuro. Faça uma colagem, a partir do material coletado, sobre os sentimentos que você precisa despertar para chegar ao futuro que deseja. Música durante a execução da atividade. Depois que todas terminarem: escreva um parágrafo contando o que você pode fazer para chegar no seu objetivo.

Partilha: Fale a respeito da sua produção. Como se sentiu?

Palavra final: Diga uma palavra que defina seu eu do futuro.

Flor Bahia compartilhou o resultado da sua atividade, apresentada na figura a seguir:

Figura 1 - Borboleta no prato branco

Fonte: Flor Bahia, 2022.

No momento da partilha, ela descreveu a sua experiência durante o processo, sintetizada a seguir: trata-se de uma borboleta num prato branco. Fez duas caminhadas para coletar, usou flores, folhas e sementes. Símbolo da transformação. Sentimentos: coragem, inspiração, força, tranquilidade, realização de um sonho. Ação: continuar as artes e conciliar com a terapia. Não se viu com 10 anos a mais. Os encontros têm ajudado e quer agregar nas práticas futuras. Gosta da chapada diamantina e tem o sonho de passear por lá. Se viu no vale do Pati.

O encontro 10, cuja temática foi o inesperado, ocorreu da seguinte forma:

Encontro 10: O inesperado

Roteiro: Música de acolhimento. Aquecimento corporal e automassagem com bolinha. Chuva de palavras: todas falam várias palavras que descrevem uma pessoa do grupo. Oráculo: Tarô Zen de Osho Fechem os olhos. Respirem lentamente. Pensem em um número de 1 a 79. Cada uma fala seu número. (enquanto Ana embaralha, Sam tira a média dos números ditos) Leitura da carta.

Atividade: Pintura espelhada.

Fundamentação Teórica: De acordo com a Gestalt Terapia, há uma relação intrínseca entre o sujeito e o ambiente que está inserido. Silva, Carvalho e Lima (2013, p. 22) afirmam que “toda criação está vinculada a um criador, e este está atrelado ao seu contexto, às suas vivências e enfim às suas urgências mais atuais. Neste sentido, tudo que é colocado enquanto novidade tem algo de próprio daquele que a coloca, e este, no momento em que cria, de certo modo coloca em sua criação as consequências de sua história experiencial” Com isso, a partir das imagens resultantes da atividade com a tinta no papel, as participantes podem estabelecer interpretações acerca das suas vivências, que espelharão, tal qual a atividade proposta, aspectos de suas próprias subjetividades, trazendo esses temas para a partilha e podendo expressar tais subjetividades de forma objetiva.

Materiais solicitados: Papel A4 e tintas (guache ou acrílica) de diferentes cores.

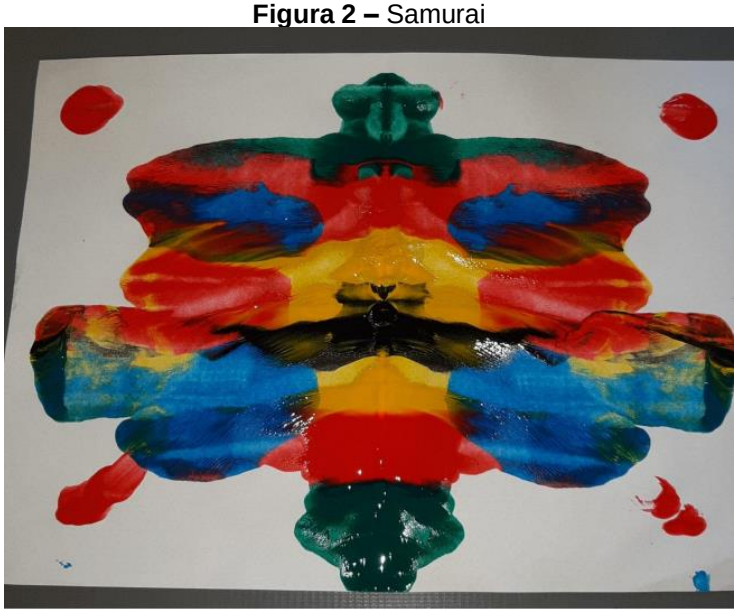
Instrução: Em um papel colocar tinta de maneira aleatória e depois dobrar. Olhando para a imagem que se formou, escreva livremente as primeiras palavras que vierem à mente. Palavras soltas, sem precisar formar frases. Música durante atividade.

Partilha: O que você sentiu com a mensagem da carta do oráculo? O que você viu na sua imagem? Como se sentiu ao receber as palavras das outras mulheres?

Finalização: qual palavra define sua imagem?

Flor de crochê compartilhou a sua atividade:

Figura 2 – Samurai



Fonte: Flor de crochê, 2022.

Em seguida, relatou a experiência com a produção da pintura: "*acho que desde criança não brincava com a tinta... depois de adulta, tinta era coisa para passar na parede e pronto... tinha esquecido do quanto é gostoso brincar com as cores, texturas... a atividade de derramar a tinta, fechar o papel e abrir foi deliciosa! amei a sensação de fechar o papel e sentir as tintas se misturando lá dentro.... além do que meu resultado foi muito inesperado e significativo para mim... quando colocava as tintas, o fiz pensando no resultado final de uma flor... delicada, sensível, feminina... e quando abri, apareceu um samurai, ou um homem mexicano... uma expressão muito forte, masculina, bruta... me fez muito pensar em mim... essa dualidade é muito forte na minha vida...*" (FLÔR DE CROCHÊ, 2022, s/p).

Apresentamos agora o roteiro do encontro 11:

Encontro 11 – Visualização dos ancestrais

Roteiro: Foi dada a instrução para as participantes se imaginarem caminhando por uma floresta com muitas árvores frondosas: Sentir a brisa, o solo e andar até chegar em uma clareira. No meio, tem uma árvore muito frondosa, de muitos anos de vida. Na frente dessa árvore tem um banco. Você se senta de costas para a árvore. Existe uma fenda no tronco dessa árvore. De dentro dessa fenda vão sair algumas pessoas. Primeiro sua mãe, ela caminha. Depois seu pai, que também se aproxima. Sua mãe coloca a mão sobre seu ombro esquerdo. Seu pai, ao lado dela, põe a mão no seu ombro direito. Respire e sinta as mãos deles. Então saem seus avós maternos de dentro da fenda da árvore. Mesmo que você não os conheça, eles estão lá. Colocam as mãos no ombro de sua mãe. Eles estão muito felizes de estarem ali. O mesmo com o pai. Você se sente grata por esse encontro. Respire fundo e sinta essa conexão. Traga um sorriso para o rosto. Gentilmente você se levanta e olha para o rosto de cada um deles e se sente feliz por estar viva. Essas pessoas te trouxeram à vida. Elas se unem e entregam em suas mãos uma semente muito brilhante e especial. Você acolhe essa semente, olha pra cada um deles, abraça, agradece, fica feliz por honrar seus ascendentes. Lentamente, cada um deles retorna pra essa árvore. Você vê cada um indo embora, mas fica com a semente nas mãos. Você guarda essa semente com muito cuidado. Olha para o céu e volta pelo caminho por onde você foi. Volte com o semblante tranquilo, aliviada. Cada uma no seu tempo, abram os olhos.

Atividade: Faça, com os materiais que preferir, uma árvore (árvore da sua vida?). Lembre-se que uma árvore tem raízes, está em um solo, tem caule, galhos, flores, folhas, frutas, sementes. Escreva ou desenhe aquilo que está em cada parte dessa árvore. Coloque o máximo de detalhes possível em cada parte dessa árvore.

Fundamentação Teórica: A produção imagética, de acordo com Philippini (2009) é um processo de elaboração psíquica que permite a materialização de material inconsciente sem passar pelo crivo da consciência. Quando esse conteúdo psíquico advém ao mundo através da arte, é possível confrontá-lo e articular significados, ainda que estes sejam apenas parcialmente traduzidos. Através da análise da manifestação simbólica, nesse caso, a árvore e seus elementos, os materiais utilizados, a interpretação da imagem por si mesma e a articulação com as intenções de sua realização, é possível trazer questões intrínsecas das participantes para a discussão coletiva.

Músicas durante atividade: https://youtu.be/TLN6zcCDFLQ
https://www.youtube.com/watch?v=3n33yzyHd9A

Partilha: Fale sobre sua árvore. O que tem em cada uma de suas partes?

Palavra: Fale uma palavra que represente como essa árvore está na natureza.

Uma das participantes, *Flor de crochê*, compartilhou a foto de sua produção:

Figura 3 – Árvore de crochê

Fonte: Flor de crochê, 2022.

Durante a partilha, ela descreveu como a sua árvore estava na natureza: “Bem fincada”. Em seguida, comentou sobre a árvore e as suas partes, associando-as à sua própria vivência individual, conforme o relato a seguir: “*Arvore de crochê, não achou pincel. Está cansada. Pensou em ficar confortável. As linhas vão e voltam. “Se parece com a relação com minha família e meus ancestrais”. Achou interessante. Conheceu todos os avós: “Hoje só tenho avós”. Teve problemas com um avô militar (ditadura), avó italiana, “é difícil para mim”. Pode ser que tenha orgulho do avô porque não sabe a origem. Fez por fazer, mas viu que tinha sentido. “Foi ótimo, maravilhoso, saber que consigo. A minha arvore não terá mais frutos. Acaba em mim...sou resolvida. Deixo minha arvore para o mundo”. Percebeu o que é o processo da arteterapia hoje*” (FLOR DE CROCHÊ, 2022, s/p).

Ao final das sessões de arteterapia em grupo, *Flor de crochê* compartilhou o seu *feedback* sobre a experiência: “*Olá! Gostaria de agradecer muito a vivência que tivemos nas sessões de Arteterapia! Eu já imaginava que seria bom, mas não sabia que seria tão revelador! Fui surpreendida com os resultados de algumas atividades! E esses resultados me colocaram para pensar e me analisar melhor! Quero dizer para vocês que apesar das sessões terem acabado, eu continuo ‘usando’ o grupo nas minhas rotinas! Com o fortalecimento que eu recebi do grupo, eu criei coragem para vender minhas peças de crochê e abrir uma lojinha virtual! E para isso eu comecei uma conta no Instagram, mas não sabia como começar a postar... então pensei no nosso grupo! E comecei a postar contando a minha história no crochê como se estivesse contando para todas aquelas mulheres lindas! Como se fosse uma atividade... tipo: “conte/pinte/desenhe/construa a história de como você começou a fazer alguma coisa e como esta coisa está evoluindo na sua vida...” E foi maravilhoso! Escrevi cada post pensando em como cada uma das mulheres do grupo iriam reagir e me apoiar! Muito muito obrigada pela oportunidade! Espero cenas dos próximos capítulos! Quem sabe a gente não continua o grupo? Um beijo enorme em vocês duas!*” (FLOR DE CROCHÊ, 2022, s/p).

No décimo segundo encontro, a atividade proposta foi a seguinte:

Encontro 12 - Amplificação de símbolo

Roteiro: Música para acolhimento.

Atividade: Modelagem em argila.

Fundamentação Teórica: A argila é um material maleável e que concentra grande potencial criativo. Além disso, culturalmente é um símbolo de vida e morte, como pode ser constatado a partir do famoso versículo bíblico: “Do barro viemos e ao barro voltaremos”. De acordo com Saraiva (2008, p. 41), esse material “proporciona oportunidades criativas, provocando experimentos como sensações e texturas diversas, auxiliando, desta forma, na liberação de tensões. Por poder ser refeita sem erros ou acertos, a criatividade adquire espaço e se solidifica. As reações provocadas pela manipulação da argila trazem símbolos carregados de conteúdos afetivos. O contato com a argila desencadeia no inconsciente um encontro com emoções profundas, promovendo uma volta ao passado perdido no tempo e no espaço”. Logo, ao articular o simbolismo do próprio material, a argila, somado às produções das participantes e suas respectivas interpretações, é possível explorar o potencial simbólico da atividade.

Materiais solicitados: Argila, bacia, tecido grosso, palitinhos de churrasco, faca e outros utensílios para modelagem.

Instrução: Olhe com calma cada uma das produções que você fez ao longo das sessões. Tome um tempo em cada uma. Repare em cada detalhe. Pensando também nas visualizações e nos seus sonhos, tem algo que se repete? Tem algo que te chama muito a sua atenção? Coloque as mãos na sua argila. Sinta sua textura, a temperatura, seu cheiro. Explore esse material mais um pouco. Feche os olhos e sinta. Agora, traga para a argila esse símbolo que se repete em suas produções ou que te chama atenção. Música durante a atividade.

Partilha: Como foi ver todas as suas produções? O que você sentiu? O que sentiu manuseando a argila? Fale sobre sua produção.

Finalização: Em uma palavra, o que essa peça representa pra você?

Uma das participantes, *Mãe Flor*, compartilhou a sua produção:

Figura 4 – Estrada

Fonte: Mãe Flor, 2022.

Em seguida, durante a partilha, ela revelou a sua experiência com a atividade com argila: “*Foi legal. No começo a gente acha que não vai sair nada e acaba saindo. Fico lembrando dos encontros, das questões de cada uma (questões de mãe lidando com filho) vi que as curvas se repetem e fez uma estrada. Estrada com lombadas, que não é perfeita, mas segue com seus percalços. A estrada da vida”* (MÃE FLOR, 2022, s/p).

Ainda sobre a argila, a participante *Laço de flor* compartilhou o resultado do seu processo:

Figura 5 – Argila

Fonte: Laço de flor, 2022.

Ela havia mencionado no questionário inicial que se sentia perdida, ansiosa e preocupada, mas respondeu no questionário final sobre uma mudança na forma como se sentia naquele momento: "Feliz de me ver recuperando meu verdadeiro eu que anda meio perdido entre as outras personas que vamos criando para ser aceitos. Feliz de me ver me permitindo e buscando minha voz. Ansiosa para encontrar o meu caminho" (LAÇO DE FLOR, 2022, s/p). Ela revelou ainda qual a sua técnica preferida, dentre as exploradas pelo grupo: "argila porque é literalmente colocar a mão na massa. Uma experiência muito sensorial e que quero repetir muitas vezes" (LAÇO DE FLOR, 2022, s/p).

Já *Flor de crochê*, ao responder como se sentia no questionário final, afirmou: "*Estou fazendo aquilo que gosto, respeitando meus limites e minhas vontades!*". Ela continuou o seu relato: "*Estava sentindo muito falta de conversas mais profundas! de trocas com outras mulheres... tanto de falar de mim, como de escutar das outras.... acho muito importante essa profundidade de conversas, principalmente entre mulheres, para nos fortalecer e encarar esse patriarcado que ainda vivemos... E ter esse espaço seguro para nos abrir e escutar histórias parecidas ou não com a nossa nos faz perceber que as mulheres são plurais... e que nem por isso estamos certas ou erradas.. cada uma é cada uma... e mesmo nas diferenças, podemos ajudar umas às outras a nos fortalecer*" (FLOR DE CROCHÊ, 2022, s/p).

Sobre a criatividade, ela relatou: "*Amei trabalhar a minha criatividade! Sempre achei que não era muito criativa, por ser uma pessoa da área de exatas... mas foi maravilhoso descobrir que posso criar coisas diferentes e trabalhar com materiais diferentes... além de que aprender técnicas novas foi maravilhoso*!".

Flor Bahia comentou sobre a sua experiência com o grupo, ao final dos encontros: *Participar do grupo de arteterapia foi uma experiência incrível. Conhecer mulheres incríveis, com histórias de vida diferentes me fez ter ainda mais inspirações. Reservar esse momento pra mim se tornou uma coisa tão natural, que sempre acordo nas quintas feiras querendo mais e mais encontros. Sem dúvidas, o contato com a arte de forma terapêutica me fez enxergar a arte com outros olhos e me fez continuar buscando sempre me manter bem e conectada com os meus sentimentos. Cada dia era uma sensação gostosa e diferente! Só agradecer* (FLOR BAHIA, 2022, s/p).

Ela complementa que o grupo terapêutico influenciou nos seguintes aspectos: "Me ajudou na timidez de falar e ligar câmera, me fez buscar por novos conhecimentos, sobre arte, sobre as mulheres. Me ajudou a olhar mais pra mim, pros meus sentimentos…" (FLOR BAHIA, 2022, s/p). Ao ser questionada sobre como ela se sentia, afirmou: "Feliz, satisfeita. Sinto que estou no caminho certo, a procura da minha melhor versão (apesar das dificuldades, obstáculos, erros… que fazem parte)" (FLOR BAHIA, 2022, s/p).

Resultados e discussão

Ao final dos treze encontros foi aplicado um questionário em que se notou uma diferença quando comparado às respostas iniciais. As participantes relataram que a criatividade foi estimulada, tendo uso nas soluções das queixas percebidas por meio das produções visuais.

A formação de uma galeria de arte pessoal nesse *set* terapêutico chamado lar, gerou um impacto, de acordo com os relatos, e alguns participantes colaram suas produções nas paredes de casa, admiradas com seu autoconhecimento e entrega no processo.

Muitas das participantes afirmaram que não tinham contato com a arte em seus cotidianos, mas apreciaram explorar essa forma de expressão que as possibilitou refletir sobre questões relacionadas a suas próprias trajetórias, seus conflitos, suas qualidades, principalmente na evidenciação de que várias outras mulheres também passam por situações semelhantes e que podem encontrar a sororidade, o espaço de acolhimento e autocuidado com esse propósito.

Além disso, a assiduidade, pontualidade e comprometimento com as tarefas mostrou que, mesmo com o contato virtual, foi possível criar vínculos e intimidade entre as participantes, lembrando-as que o grupo era um

momento de encontro que priorizava o olhar para si, um momento importante de ser priorizado nas suas respectivas rotinas, como pode ser observado no relato a seguir, realizado por *Flor de luz*: "*Me ajudou de muitas formas. Primeiro, o ato de me esforçar para acompanhar o processo com seriedade foi uma forma de cuidado e que me lembrava todo dia que estou atenta a mim mesma, dentro do que é possível nas correrias. Me expressar, colocar a mão na massa, parar outras atividades, tudo isso é positivo. Outro aspecto que sigo pensando é relacionado às temáticas, o dia da discussão do luto por exemplo, cada uma com sua relação, conexão, singular, tão distintas. Isso foi demais!!*" (FLOR DE LUZ, 2022, s/p).

Outro ponto importante é a reverberação das discussões realizadas no grupo arteterapêutico para além das sessões. Aprender a utilizar a criatividade na resolução dos conflitos e na superação dos desafios do cotidiano foi um dos principais objetivos do grupo, e parece ter se concretizado, como demonstra o comentário de *Flor Bela*: "*Meu namorado me comentou há algumas semanas que observa que o meu olhar pras coisas muda após uma sessão de arte terapia. O olhar à minha casa, ao meu corpo, à minha história. O exercício da máscara, onde pude materializar a minha ansiedade, e a mandala dos avós foram momentos inesquecíveis e muito terapêuticos. Com o processo, também me encorajei a montar minha galeria de arte no escritório, e vê-la todo dia dá uma sensação muito muito boa*" (FLOR BELA, 2022, s/p).

O recorte selecionado pretendeu demonstrar a importância da criatividade na vida das mulheres que participaram do grupo arteterapêutico online, ainda que diversos outros relatos tenham sido realizados, evidenciando os impactos causados pelas sessões e os benefícios da arteterapia.

Considerações Finais

O objetivo de criar grupos arteterapêuticos online, exclusivamente com mulheres, era possibilitar um espaço de escuta e expressão, visando explorar a criatividade das participantes para que desenvolvessem consciência de suas habilidades em prol de superar os desafios que enfrentam nos seus cotidianos.

Nesse processo, as arteterapeutas fizeram uma mediação e deram direcionamentos para as participantes, que se sentiram livres para expressar questões e conflitos emocionais que estavam vivenciando e encontrar acolhimento no grupo e nas atividades.

O impacto identificado nos *feedbacks* e na participação ativa do grupo revela que todas estão constantemente no caminho do autoconhecimento, o qual é longo, mas possui solo fértil e placas sinalizadoras. O cuidado que tiveram com as produções e com suas falas na partilha, ao final de cada sessão, mostram como o sentimento feminino foi desvendado e revelado, inclusive para as estagiárias em arteterapia.

A emoção veio à tona várias vezes e o conjunto de estímulos artísticos não deixa dúvidas de que a arte é terapêutica e fortalecedora na vida de todo o ser humano, mesmo que estejamos ligados por conexões e sob um céu virtual. Essa árvore que cresce e se expande, dá frutos e fotos. Flores e *likes*. Há um vento soprando nas ideias em cada casa e um fogo que aquece cada chamada.

A experiência com o grupo arteterapêutico mostrou-se satisfatória, tendo em vista que os questionários e os relatos apresentados, além da verbalização das participantes com relação aos efeitos positivos dos encontros, indicam que os objetivos foram alcançados com sucesso, tanto no sentido de promoção do autoconhecimento, da validação das habilidades artísticas de cada participante, no desenvolvimento e exploração das suas criatividades e na expressão dos sentimentos através da arte.

Referências

COSTA, R. X. Arteterapia e arte visuais: aproximações contemporâneas. **Revista Cartema**, v. 1, n. 3, 2012. Disponível em: http://institutojunguianorj.org.br/a-teoria-dos-tipos-psicologicos/.

DE BONO, E. **O pensamento lateral**. Rio de Janeiro: Editora Nova Era, 1992.

DUTRA, S. M. G. C. **Falar e ouvir com o coração: a expressividade silenciosa e afetiva**. 2013. 84 f. Monografia (Especialização em Arteterapia). POMAR/SPEI, Rio de Janeiro, 2013.

FLOR DE CROCHÊ. **Depoimento da participante durante o estágio em arteterapia**. Não publicado. João Pessoa, PB: UNIESP, 2022.

FLOR BAHIA. **Depoimento da participante durante o estágio em arteterapia**. Não publicado. João Pessoa, PB: UNIESP, 2022.

FLOR DE LUZ. **Depoimento da participante durante o estágio em arteterapia**. Não publicado. João Pessoa, PB: UNIESP, 2022.

FLOR BELA. **Depoimento da participante durante o estágio em arteterapia**. Não publicado. João Pessoa, PB: UNIESP, 2022.

JUNG, C. G. **Tipos psicológicos**. Rio de Janeiro: Vozes, 1971.

JUNG, C. G. **O espírito na arte e na ciência**. Petrópolis, RJ: Vozes, 1991.

LAÇO DE FLOR. **Depoimento da participante durante o estágio em arteterapia**. Não publicado. João Pessoa, PB: UNIESP, 2022.

MACHADO, B. **A colagem o olhar terapêutico**: recurso da arteterapia. 2020. 23 f. Monografia (Especialização em arteterapia). Universidade Candido Mendes, Londrina, 2020.

MÃE FLOR. **Depoimento da participante durante o estágio em arteterapia**. Não publicado. João Pessoa, PB: UNIESP, 2022.

PHILIPPINI, A. **Cartografias da coragem**. Rio de Janeiro: Wak, 2008.

PHILIPPINI, A. **Linguagens e materiais expressivos em Arteterapia**. Rio de Janeiro: Wak, 2009.

RODRIGUES, P. E. A teia, a tela e o tempo: internet e história do tempo presente. **Revista Tempo e Argumento**, Florianópolis, v. 6, n. 12, p. 131-150, mai./ago. 2014.

SARAIVA, S. A. C. D. **O uso do barro em arteterapia**. 2008. 82 f. Monografia (Especialização em Arteterapia). ISEPE, Rio de Janeiro, 2008.

SILVA, M. N.; CARVALHO, E. M.; LIMA, R. D. Arteterapia gestáltica e suas relações com o processo criativo. **Revista IGT na rede**, v. 10, n. 18, 2013, p. 18-36.

UBAAT - UNIÃO BRASILEIRA DE ASSOCIAÇÕES DE ARTETERAPIA. **Diretrizes nacionais de atendimentos arteterapêuticos mediados por tecnologias de informação e comunicação (TICs)**. Rio de Janeiro: [S.n.], 2020.

Recebido: 14/11/2021 | Revisado: 02/12/2022 | Aceito: 03/12/2022 | Publicado: 02/01/2022

4 - EMOÇÕES NO AMBIENTE ESCOLAR: CUIDANDO DA ANSIEDADE COM ARTETERAPIA

Naliana da Silva Mendes[5]

Resumo: O presente estudo tem por objetivo analisar a importância da abordagem da ansiedade na escola por meio da arteterapia. Acreditamos que a relevância deste trabalho esteja na necessidade de se olhar a arteterapia como meio de minimizar os efeitos da ansiedade no ambiente escolar. Para este fim, a pesquisa em relato está aportada em referências do campo da Educação e da Arteterapia. A pesquisa constitui-se em um estudo de caso, partindo da análise de sessões realizadas com estudantes do Instituto Federal do Piauí (IFPI-*Campus* São Raimundo Nonato), consiste ainda, em investigação de cunho bibliográfica e descritiva, com abordagem qualitativa. Como resultado, identifica que, por meio da arteterapia, os estudantes demonstram sentirem necessidade de apoio psicológico e de espaço para expressarem suas emoções, visto que manifestam sentimentos de angústia e medo, causados pelas demandas escolares. Assim, conclui-se que, a arteterapia na escola constitui-se uma abordagem alternativa contra ansiedade, amenizando os efeitos da mesma e consequentemente melhorando o desempenho escolar.
Palavras-chave: Arteterapia; Escola; Ansiedade.

Emotions in the school environment: treatment anxiety with Art therapy

Abstract: The present study aims to analyze the importance of approaching of anxiety at school through art therapy. We believe that the relevance of this work lies in the need to look at art therapy as a means of minimizing the effects of anxiety in the school environment. To this end, the research report is based on references from the field of Education and Art Therapy. The research is a case study, based on the analysis of sessions carried out with students from the Federal Institute of Piauí (IFPI- Campus São Raimundo Nonato), it also consists of a bibliographic and descriptive investigation, with a qualitative approach. As a result, it identifies that, through art therapy, students demonstrate a need for anguish and fear, caused by school demands. Thus, it is concluded that art therapy at school constitutes an alternative treatment against anxiety, mitigating its effects and consequently improving school performance.
Keywords: Art Therapy; School; Anxiety.

Emociones en el ámbito escolar: tratando la ansiedad con Arteterapia

Resumen: El presente estudio tiene como objetivo analizar la importancia del abordaje de la ansiedad en la escuela a través del arteterapia. Creemos que la relevancia de este trabajo radica en la necesidad de mirar la arteterapia como un medio para minimizar los efectos de la ansiedad en el ámbito escolar. Para ello, el informe de investigación se basa en referencias del campo de la Educación y Arteterapia. La investigación es un estudio de caso, basado en el análisis de sesiones realizadas con estudiantes del Instituto Federal do Piauí (IFPI- Campus São Raimundo Nonato), también consta de una investigación bibliográfica y descriptiva, con enfoque cualitativo. Como resultado, identifica que, a través del arteterapia, los estudiantes demuestran que sienten la necesidad de apoyo psicológico y espacio para expresar sus emociones, ya que expresan sentimientos de angustia y miedo, provocados por las exigencias escolares. Así, se concluye que el arteterapia en la escuela constituye una alternativa de abordaje contra la ansiedad, mitigando sus efectos y consecuentemente mejorando el rendimiento escolar.
Palabras llave: Arteterapia; Escuela; Ansiedad.

Introdução

O presente estudo tem por objetivo analisar a importância da abordagem da ansiedade na escola por meio da Arteterapia. Essa proposta surge das experiências vividas em nossos 11 (onze) anos de trabalho na docência, principalmente, no Ensino Médio. Durante esse período de uma década, observamos estudantes entrando em

---

[5] Mestra em Artes Visuais pela Universidade Federal de Pernambuco (UFPE) e Universidade Federal da Paraíba (UFPB). Especialista em Educação Especial (UESPI) e Especialista em História, Cultura e Sociedade (UESPI). Especialista em Arteterapia em Arte, Saúde e Educação (UNIESP). Graduada em Educação Artística pela Universidade Federal do Piauí (UFPI). Professora de Arte (DE) do Instituto Federal do Piauí (IFPI). Endereço: Rua Antônia Emília da Silva, 109- Campestre, São Raimundo Nonato- Piauí (Cep. 64770-000). E-mail: nalianamendes@gmal.com
.

crise de ansiedade em momentos que antecediam à aplicação de provas ou em que precisavam apresentar algum seminário. Crises que resultavam em tremor, mãos suadas, impaciência, dentre outros. No entanto, apesar da experiência na docência, não nos sentíamos preparados para lidar com tais crises dos estudantes, pois não tínhamos uma formação específica para atender essa necessidade.

Outro ponto importante é entender que, estudantes deste nível de ensino, em sua maioria, estão em um momento de transição, a adolescência. Deste modo, encontram-se em um espaço indefinido, isto é, nem são mais crianças e nem são adultos. Tudo isso somado às responsabilidades com os estudos, pois, é neste período que eles começam a preparação para ingressar em uma Universidade. Junto a esses fatores, estão, também, as cobranças excessivas por parte de familiares e da escola.

Com todas as situações elencadas anteriormente, surgem emoções como a angústia, o medo, o sentimento de incapacidade. Essas emoções acabam acarretando ansiedade ou depressão que, em alguns casos, pode ser tratada com medicações. No entanto, acreditamos que essas medicações podem prejudicar o desempenho escolar desses estudantes, visto que podem causar sonolência e indisposição.

Partindo deste contexto, consideramos que a arteterapia pode configurar-se como uma alternativa para a abordagem da ansiedade no espaço escolar. Neste artigo, trazemos os resultados de um estudo de caso, realizado a partir do estágio supervisionado em arteterapia, executado no Instituto Federal do Piauí (IFPI) - *Campus* São Raimundo Nonato, com estudantes do segundo ano do Ensino Médio, no ano de 2022.

A ansiedade no ambiente escolar

Segundo a Classificação Internacional de Doenças, disponibilizada pelo protocolo de abordagem disponibilizada pela rede atenção à saúde do estado de Santa Catarina (SUS-SC, 2015, p. 1), o transtorno misto de ansiedade e depressão caracteriza-se por um estado em que um indivíduo apresenta, a um tempo, sintomas de apreensão e momentos deprimidos. O grau dessas duas intercorrências justifica a necessidade de um diagnóstico especializado que leve em conta o nível de comprometimento do cotidiano das atividades do sujeito e de sua interação social.

Tendo em conta o expresso acima, compreendemos que o transtorno misto de ansiedade e depressão terá seu diagnóstico ligado à intensidade e à recorrência de sintomas específicos, podendo serem confirmados como transtorno misto de ansiedade ou como depressão ansiosa.

Após a epidemia de covid-19[6], ocorrida nos anos de 2020 e 2021, a Organização das Nações Unidas (ONU) advertiu sobre a necessidade de pensar-se na saúde mental, visto que a covid-19 trouxe alguns transtornos para a população de diversos países. Ressaltando, inclusive, “a necessidade de se aumentar urgentemente o investimento em serviços de saúde mental” (PROIFES, 2020, p. 1).

Esses problemas também chegaram ao espaço da escola, resultando em dificuldades na aprendizagem e na concentração. Conforme PROIFES (2020, p. 1), “crianças e adolescentes também estão em risco. Pais na Itália e na Espanha relataram que seus filhos tiveram dificuldades em se concentrar, além de irritabilidade, inquietação e nervosismo”. Entendemos que tais comportamentos podem trazer danos ao desenvolvimento de crianças e adolescentes em idade escolar.

Compreendemos que o período da adolescência[7] constitui-se em um momento de transição. Conforme Jatobá e Bastos (2007, p. 172) a adolescência “é um período de intensas modificações no desenvolvimento humano, marcado por alterações biológicas da puberdade e relacionado à maturidade biopsicossocial do indivíduo”. Os autores complementam, ainda, que esse seria um momento de crise, devido às transformações orgânicas e mentais.

No que lhe concerne, esse período de crise pode ser percebido no espaço escolar. Visto que, em momentos que antecedem avaliações ou apresentações de trabalhos, resultam em sentimentos como medo e ansiedade. Tais sentimentos podem acarretar prejuízo no rendimento escolar, dado que, estando a ansiedade em nível muito elevado, esta pode impedir que os estudantes aprendam, pois não conseguem concentrar-se, fazer a codificação das informações, trazendo prejuízos para a memória, para a concentração e para o desempenho (VALINHO, 2018, p. 33).

Quanto a isso, evocamos a situação ocorrida no Brasil, no ano de 2022, na cidade de Recife, no estado de Pernambuco, que acompanhou um episódio de crise coletiva no ambiente escolar. No dia 8 de abril de 2022, na Escola de Referência em Ensino Médio (EREM), 26 (vinte e seis) estudantes passaram mal com crise de ansiedade coletiva. Segundo Priscila Aguiar (2022, p. 1), estes apresentavam “sintomas como crise de choro e falta de ar, 23 alunos foram atendidos por equipes do Corpo de Bombeiros e do Serviço de Atendimento Móvel de Urgência (SAMU)”.

A recorrência de episódios de crise de ansiedade, como a descrita acima, são cada vez mais recorrentes no ambiente escolar. Em outras palavras, estudantes apresentando crises em momentos que antecendem às provas ou aos seminários. Segundo Valinho (2018, p. 17) a pessoa com ansiedade pode apresentar alguns

---

[6] “A pandemia da doença causada pelo novo coronavírus 2019, COVID-19, que impactado sobremaneira o cenário mundial, agravando as taxas de morbidade e mortalidade” (BRITO, 2020, p. 54).

[7] É importante ressaltar que destacamos aqui o período da adolescência, visto que os estudantes partícipes deste estudo fazem parte deste grupo em específico.

sintomas físicos, tais como “sensação de sufocamento e falta de ar; coração acelerado, batimentos cardíacos lentos e palpitações, dor no peito, transpiração em excesso”, dentre outros.

Diante das situações acima elencadas, acreditamos que essa seja uma problemática crescente no meio escolar, causada por diversos fatores. Isto é, além das semanas de provas e apresentações de seminários, notamos que, em alguns casos, a ansiedade também pode ser causada pela cobrança excessiva por parte dos familiares, pessoas conhecidas e, até mesmo, na escola. Neste sentido, julgamos que os estudantes sentem uma pressão, o que provocaria a ansiedade. Conforme advertiu Valinho (2018, p. 33), a maior parte dos discentes está passível de apresentar sintomas de ansiedade, indiferente ao seu rendimento acadêmico. Tais quadros podem vir a ser intensificados em virtude da demasiada exigência da escola, dos pais, dos colegas e até dos próprios alunos por resultados mais eficientes. O que pode gerar, um ciclo vicioso, pois uma nota ruim pode deprimir de tal modo um aluno, que, à revelia de suas tentativas, esse pode continuar a demonstrar maus resultados.

Diante do exposto anteriormente, entendemos que não existe apenas uma causa para o desenvolvimento da ansiedade e que a escola, ao lidar diariamente com os estudantes, seria a instituição capaz de acompanhar o emocional dos seus discentes, tendo em vista que os mesmos passam um bom tempo neste ambiente. Nesta perspectiva, evocamos o estudo de Jatobá e Bastos (2007, p. 178) que advertiram que “a escola, especialmente, a sala de aula devem ser lugares nos quais as gruas a que estão expostos os adolescentes possam ser minimizadas [...]”. Os autores destacaram a escola como um espaço que pode contribuir para o desenvolvimento dos estudantes, procurando auxiliá-los no seu crescimento e evolução.

Considerando as questões até aqui levantadas, percebemos que a arteterapia pode configurar-se como uma alternativa para amenizar os efeitos da ansiedade dos estudantes; visto que a mesma estimula a reflexão acerca das questões que culminam no desenvolvimento da ansiedade no âmbito escolar. Uma vez que “o processo arteterapêutico pode ser aplicado a qualquer ser humano, em qualquer idade, desde que se respeitem os limites e potencialidades dos envolvidos” (COSTA, 2012, p. 73).

Concordamos que “cuidar com arteterapia é uma forma de cuidar do ser” (COSTA; COSTA; CAROLINO, 2009, p. 191). Tendo isso em conta, refletimos sobre os benefícios da arteterapia para a expressão e compreensão das emoções na escola.

Arteterapia na escola

A arteterapia apresenta-se como uma alternativa que pode auxiliar no entendimento das diversas emoções humanas, utilizando-se de meios artísticos. Segundo Alves (2012, p. 2):

> [...] a arteterapia faz uso das expressões artísticas em prática profissional, com o objetivo de utilizar a arte e as diversas formas de expressões artísticas como processo terapêutico que busca um caminho mais prazeroso para possíveis descobertas e novas possibilidades.

De acordo com a citação acima, a arteterapia recorre às expressões artísticas como processo terapêutico que possibilita descobertas, por meio de um caminho mais prazeroso. Isto é, na arteterapia, é possível trabalhar-se unindo arte e terapia em um processo de autoconhecimento e reflexão a respeito de questões que atravessam o ser humano. Conforme Costa, Costa e Carolino (2009, p. 191), “a arteterapia proporciona ao indivíduo, por meio do desbloqueio do processo criativo, o autoconhecimento mediado pelas imagens e recursos artísticos, levando-o a um crescimento individual e coletivo”.

Neste entrelaçamento entre arte e terapia, surge o uso da materialidade que vem do campo das artes. Conforme elencou Heijde (2006, p. 47):

> [...] a arteterapia oferece uma gama de materiais: diversos tipos de papéis, figuras, cola, tesoura, todas as modalidades de lápis, canetas hidrográficas, tintas, massa para modelar, tecidos, fitas, algodão, madeira, plástico, giz de cera, argila, gesso, sucatas etc.

Conforme a citação acima, a arteterapia faz uso dos meios artísticos. A autora complementou, ainda, que esses materiais são empregados em várias técnicas, por exemplo, desenhos, mosaicos, pintura e colagem.

As possibilidades de exploração dos materiais são infinitas, cada um com suas especificidades, podendo provocar, no cliente, sensações diferentes. Entretanto, faz-se necessário compreender que, em alguns casos, o cliente pode sentir afinidade com alguma materialidade ou repulsa por outra, mas isso faz parte do processo. Visto que o mesmo precisa ter autonomia para escolher o material que mais lhe agrada.

O processo de criação, visto como terapia, pode revelar sentimentos e emoções que, amiúde, não são notados pelo participante das sessões. Neste sentido, as imagens e as produções trazem muito sobre a subjetividade do seu criador. Assim, as imagens selecionadas para a composição e a forma como são apresentadas podem trazer mensagens antes não percebidas. Concordamos que “no processo arteterapêutico a imagem é lida como conteúdo, como parte de um conjunto de variáveis que podem levar a compreensão do sujeito diante dos seus próprios conflitos psíquicos” (COSTA, 2012, p. 72). Deste modo, consideramos que o momento de análise das imagens produzidas, durante os atendimentos, é de suma importância.

Entretanto, nosso levantamento bibliográfico mostrou que a arteterapia, no espaço escolar, está ligada, quase sempre, às propostas que visem desenvolvimento da criatividade ou o autoconhecimento (SANTOS, 2003; MACHADO *et al*., 2017). Deste modo, são escassas as produções que versem sobre os benefícios da arteterapia na escola para minimizar os sintomas de ansiedade.

A respeito da arteterapia no espaço escolar, Machado *et al*. (2017, p. 02) advertiu que:

> [...] a utilização da arteterapia no contexto educacional tem condições de promover o autoconhecimento dos professores e alunos, pois as atividades artísticas desenvolvem mudanças internas nestes a medida que alteram a sua subjetividade e que, por sua vez, mudam a compreensão da sua realidade.

Conforme a citação acima, a importância da arteterapia na escola está pautada no autoconhecimento, advertindo que não somente dos estudantes, mas também dos professores. A autora defende que, a arteterapia pode trabalhar modificações na subjetividade dos envolvidos e, consequentemente, transformando seu modo de perceber a realidade.

Por seu turno, Santos (2003) acredita que a arteterapia na educação possibilitaria o desenvolvimento de uma personalidade criativa e uma educação emocional. Neste caso, a autora não se refere à arteterapia como meio para minimizar a ansiedade, mas sim, voltada para o desenvolvimento de um senso criativo. Porém, podemos presumir que, quando esta fala da "educação emocional", estaria, possivelmente, incluindo aí a arteterapia voltada para a abordagem da ansiedade.

No entanto, observamos que o desenvolvimento da criatividade pode estar presente na proposta do professor quando este realiza oficinas de arte. Desse modo, não se trata, necessariamente, de um atendimento especializado em arteterapia, mas sim, de oficinas artísticas. Dado que, nas sessões de arteterapia, o foco não está no estímulo à criatividade e, muito menos, na busca pelo belo, mas na expressão dos sentimentos e de emoções que emergem nas criações realizadas durante as sessões.

Outro ponto a ser percebido é que, mesmo a arteterapia utilizando recursos das artes, não tem como fim a produção artística voltada para exposição. O seu "foco está na experiência do paciente, seus sentimentos, percepções e imaginação" (HEIJDE, 2006, p. 33), isto é, na provocação de um autoconhecimento.

Já Alves (2012), em seu trabalho intitulado *Contribuições da arteterapia no ensino da arte para alunos do Ensino Médio do Colégio Estadual Atheneu sergipense,* procurou, por meio da arteterapia, ensinar história da arte através das produções realizadas nas oficinas. A autora relatou, ainda, que o projeto tinha como objetivo trabalhar o controle da ansiedade, autoconhecimento e demais demandas psíquicas. Essa proposta cita as sessões de atendimento arteterapêutico como "oficinas", e relacionou a realização das mesmas com o ensino da história da arte. Desse modo, o professor estaria relacionando o conteúdo estudado na disciplina de arte com as oficinas de arteterapia.

Conforme os estudos citados anteriormente, arteterapia pode ingressar no ambiente escolar, visto que "ultrapassou as fronteiras dos estudos psiquiátricos e clínicos e passou a ser usada no contexto educacional, bastando para isso, que o profissional que execute o trabalho seja, além de licenciado, arteterapeuta" (ALVES, 2012, p. 4). Cabe reforçar que, os atendimentos em sessões de arteterapia só devem ser realizados por um profissional que tenha formação para tal, como advertiu a autora.

Entretanto, segundo Costa (2012, p. 71), "o arteterapeuta não é um profissional exclusivo da área da saúde, mas um profissional que deve dominar também conhecimentos da área de Arte para aplicar na manutenção do bem estar e da saúde coletiva humana". Desse modo, é importante destacar que, além do atendimento feito em arteterapia, visto que ao tratar de questões delicadas, o acompanhamento por um psicólogo é imprescindível.

Quanto à formação específica em arteterapia, Costa (2013, p. 31) refletiu que:

> [...] os profissionais que buscam fazer formação ou especialização em Arteterapia são oriundos de diversas áreas do conhecimento, predominando às áreas de arte, saúde, egressos de cursos de educação artística, psicologia, artes visuais, artes cênicas, teatro, dança, música, audiovisual, enfermagem, psicopedagoga, fonoaudiologia, terapia ocupacional, medicina etc.

Conforme a citação acima, percebemos que a formação em arteterapia é procurada por diversos profissionais. Estes de áreas distintas, mas que se relacionam com as áreas da saúde ou das artes.

Pensando na arteterapia como meio para trabalhar a ansiedade em sala de aula, Alves (2012, p. 4) observou que:

> [...] uma das maneiras possíveis de se trabalhar a ansiedade e todos os desconfortos emocionais que acometem os adolescentes é a partir das aulas de arte, onde a teoria surge paralela ou após o fazer artístico, e essa produção gera um rico material a ser trabalhado em sessões de arteterapia em grupo, visto que a proposta é atender, dentro do possível, as necessidades culturais e emocionais dos alunos.

Segundo o descrito acima, as aulas de Arte seriam o espaço propício para trabalhar o desconforto emocional dos estudantes, visto que a teoria poderia ser trabalhada junto ao fazer artístico. No entanto, cabe mencionar que as sessões de arteterapia não são oficinas de arte, mas sim, uma terapia que utiliza recursos artísticos como meio de expressão dos sentimentos humanos, como já descrito acima. Compreendemos que as sessões de arteterapia devem ser realizadas fora do currículo escolar, uma vez que não fazem parte dos conteúdos programáticos e nem tão pouco da disciplina de Arte.

Neste sentido, concordamos com Heijde (2006, p. 33) que diz que "embora a arteterapia possa envolver a habilidade de aprendizagem ou técnicas de arte, a ênfase é, em geral, dada primeiro ao desenvolvimento e a expressão de imagens que vêm do íntimo da pessoa". A autora advertiu ainda, que nas aulas de Arte, ao solicitar um desenho o professor estimula a imaginação, já na arteterapia o estímulo seria uma criação que parta do mundo interior, isto é, das emoções.

Consideramos que a arteterapia, pode, em alguns momentos, ser confundida com oficinas de arte. No entanto, é preciso esclarecer que apesar de usar meios artísticos, a produção em arteterapia tem outro propósito. Neste sentido, "a arteterapia é uma modalidade terapêutica com qualidades especiais para a reparação, transformação e autoconhecimento" (HEIJDE, 2006, p. 35). Deste modo, não busca a beleza e a exploração da imaginação, mas sim o estímulo a um olhar interior que tenha como foco as emoções humanas.

Entretanto, concordamos com Costa (2012, p. 73) que diz que:

> [...] embora o objetivo da arteterapia não seja a formação de artistas, é possível que o processo de desbloqueio criativo possibilitado pela prática da arteterapia, desencadeie o potencial de alguns indivíduos e estes possam revelar suas habilidades artísticas.

De acordo com a citação acima, mesmo que a arteterapia seja voltada para a exploração dos sentimentos humanos, ela pode também trazer um desbloqueio criativo e possibilitar ao indivíduo o despertar de habilidades artísticas. Assim, esclarecidas as questões acima, passamos aos procedimentos metodológicos que nortearam o desenvolvimento deste estudo.

Método

Nesta seção são descritos os pressupostos metodológicos que nortearam este relato. Deste modo, realizamos o levantamento bibliográfico voltado para artigos, dissertações, e produções que versassem sobre o tema em questão.

Este relato de estágio supervisionado em arteterapia configura-se como um estudo de caso, visto que se utiliza de dados fornecidos por pessoas, que, no contexto desta experiência, se refere aos estudantes do segundo ano do Ensino Médio do IFPI- *Campus* São Raimundo Nonato, no ano de 2022. De acordo com Yin (2001, p. 19), o estudo de caso possibilita uma investigação que preserve as "características holísticas e significativas" dos fatos da realidade, como mudanças ocorridas em regiões.

Os sujeitos que fizeram parte deste estudo foram 7 (sete) estudantes do segundo ano do Ensino Médio, estes foram divididos em dois grupos: o primeiro com 5 (cinco) estudantes do sexo feminino e o segundo grupo composto por 1 (uma) estudante do sexo feminino e 1 (um) estudante do sexo masculino. Para fins de preservação da identidade dos mesmos, usaremos como identificadores códigos E para Estudantes, seguidos de números (E1, E2, E3, ...). Cabe mencionar que os estudantes só participaram do estudo, após assinatura do termo de livre e esclarecimento pelos respectivos pais ou responsáveis.

Cabe salientar que, também foi assinada, pela Direção-Geral do Instituto Federal do Piauí, *Campus* São Raimundo Nonato, uma carta de anuência autorizando a realização do referido estudo nesta instituição de ensino.

Assim, foram realizadas 22 (vinte e duas) sessões, com duração de 4 (quatro) horas cada, realizadas via *Google Meet*[8]. sob a supervisão do arteterapeuta Robson Xavier da Costa (associado a Associação de Arteterapia da Paraíba - AAPB). Estas estavam organizadas por temáticas ligadas à vida estudantil que possivelmente provocariam o aparecimento da ansiedade, como, por exemplo, excesso de demanda escolar, relação com a família, relação com docentes e colegas de turma, como se sentia durante o período de provas, dentre outras.

Nas sessões, os estudantes eram convidados a fazer, inicialmente, um momento de relaxamento trazendo à mente as emoções que surgiam sobre a temática proposta para o encontro. Posteriormente, eram estimulados a expressar esses sentimentos por meios artísticos, sem se preocupar com a estética, mas sim, com a representação dos sentimentos. No momento final, caso quisessem, poderiam compartilhar com o grupo o que representavam os elementos presentes em suas criações.

Quanto à análise dos dados, buscamos o entrelaçamento da literatura sobre a temática com as sessões realizadas. Deste modo, chegamos aos resultados apresentados a seguir.

Resultados

---

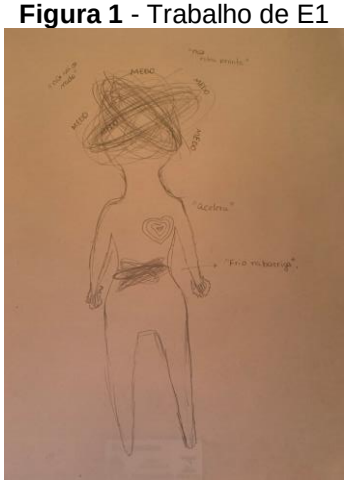
[8] Não foi possível a realização das sessões de modo presencial, visto que o refeitório do IFPI- *Campus* São Raimundo Nonato estava em reforma. Desse modo, não foi possível a permanência dos estudantes neste ambiente no horário previsto para as sessões.

Aqui, discorremos sobre os resultados do estudo de caso realizado com estudantes do segundo ano do Ensino Médio, do Instituto Federal do Piauí - *Campus* São Raimundo Nonato, no ano de 2022. Tal proposta tinha por objetivo analisar a importância da abordagem da ansiedade na escola por meio da Arteterapia.

À medida em que as sessões eram realizadas, era possível perceber que a ansiedade é um problema que atrapalha no desenvolvimento dos estudantes partícipes deste estudo. Principalmente, pelo excesso de demanda escolar, visto que os estudantes sujeitos desta pesquisa estudam em período integral e pagam um número significativo de disciplinas, entre 17 (dezessete) ou 18 (dezoito).

Quando instigados a refletir a respeito das demandas acadêmicas e expressarem seus sentimentos, percebemos a recorrência da palavra “medo” em suas produções, como observamos na Figura 1 e Figura 2. Segundo o Aurélio (2000, p. 453) a palavra medo significa “sentimento de viva inquietação ante a noção de perigo real ou imaginário, de ameaça; pavor, temor”. Neste sentido, constatamos que a palavra revela como as/os estudantes se sentem a respeito das exigências escolares.

Figura 1 - Trabalho de E1



Fonte: Acervo pessoal, 2022.

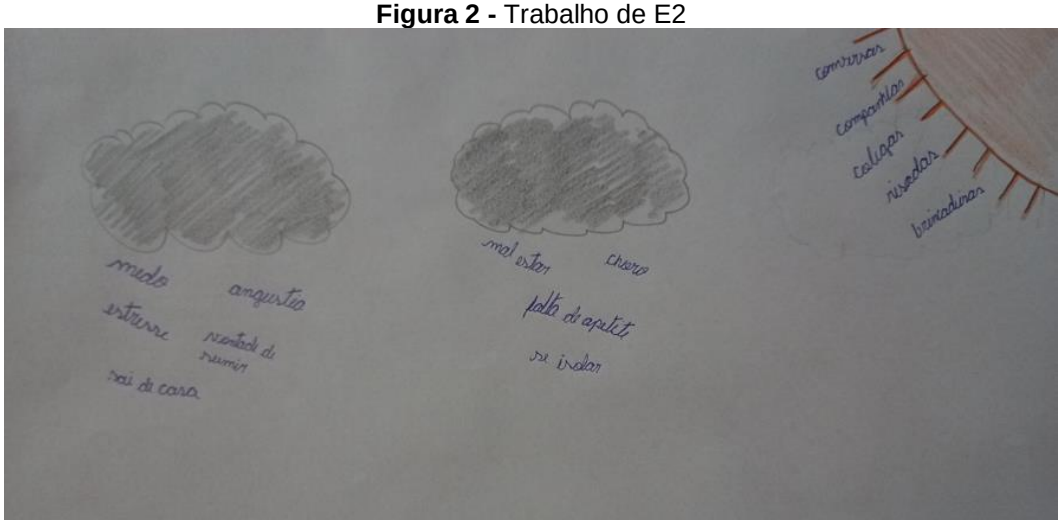
A imagem acima, foi elaborada pela estudante E1, retratando como ela se sentia quando estava no período de provas ou de maior demanda escolar. Ao refletir sobre sua criação, a mesma relatou que já passou por uma crise de ansiedade durante a realização de uma prova. Segundo Valinho (2018, p. 33), “a ansiedade interfere na competência do aluno, principalmente em período de provas, dificultando a capacidade de memorizar ou recordar um conteúdo aprendido”.

Diante do exposto, é possível compreender que as crises de ansiedade podem, no âmbito escolar, prejudicar o desenvolvimento dos estudantes, uma vez que os impossibilitam de realizar provas ou trabalhos. Neste sentido, observando a Figura 1, de E1, notamos a representação da cabeça com várias linhas em movimento que, segundo ela, demonstram o medo e a confusão

Já para E2, a palavra “medo” estava relacionada aos momentos ruins. Deste modo, a participante desenhou nuvens carregadas de sentimentos e emoções que, segundo a mesma, representavam a angústia nos momentos em que as demandas a sobrecarregam. O resultado está em linha com o estudo de Vieira (2017, p. 137) que observou que “arteterapia [...] é uma prática responsável por fazer com que o indivíduo entre em contato com seus conteúdos internos e muitas vezes inconscientes”. Assim, percebemos que as demandas escolares são relacionadas a sentimentos ruins.

No entanto, além das nuvens carregadas a estudante E2, também colocou um sol no canto superior direito. De acordo com a mesma, representando os momentos bons, como, por exemplo, as brincadeiras, as conversas, as risadas. Deste modo, a estudante expressou que mesmo com as demandas em excesso e os momentos ruins, ela ainda consegue ver momentos felizes e descontraídos no ambiente escolar. O resultado está em linha com o estudo de Costa (2012, p. 72), que observou que “a arteterapia possibilita que o indivíduo seja um produtor expressivo e seu próprio crítico, aquele que faz e que analisa a produção”. Assim, percebemos no trabalho de E2, mediante sua explanação, dois momentos bem definidos, um bom e um ruim.

Figura 2 - Trabalho de E2

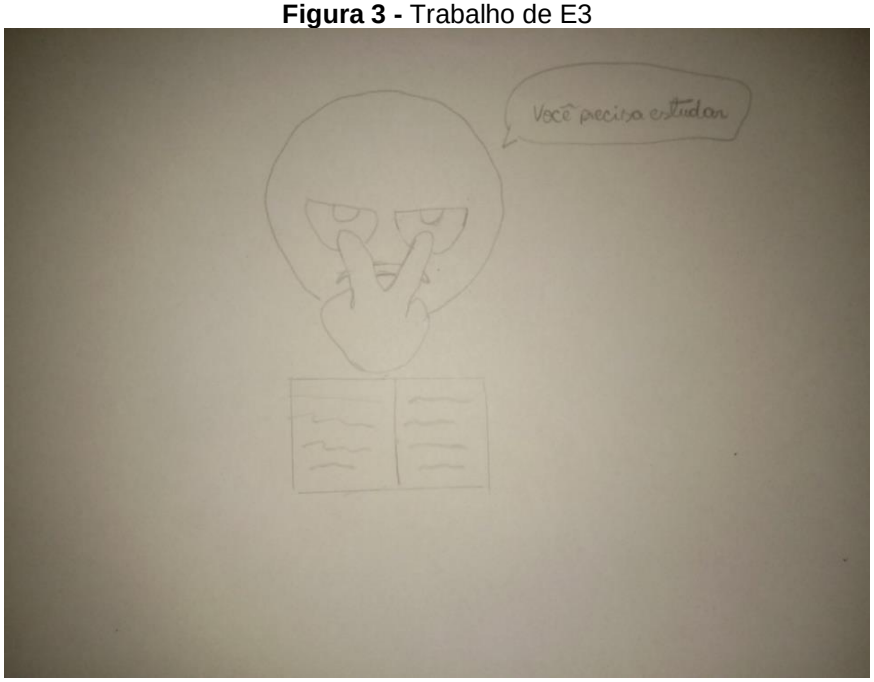


Fonte: Acervo pessoal, 2022.

O desenvolvimento deste estudo de caso revelou que os estudantes têm muito a dizer sobre seus sentimentos e angústias. Para Heijde (2006, p. 33), “em arteterapia, o que conta como experiência, é que você faça imagens vindas do seu mundo interior, sentimentos, pensamentos e ideias”. No entanto, no decorrer do processo, alguns estudantes que participavam das sessões, não quiseram falar a respeito de suas criações. Sabemos que fazer uma reflexão a respeito das causas da ansiedade não se constitui como uma tarefa tão fácil. Julgamos que tal recusa, seja resultado, possivelmente, da timidez ou mesmo pelo fato de não querer discorrer sobre suas emoções a outras pessoas. Neste sentido, respeitamos o posicionamento, pois compreendemos que só o fato de participarem das sessões e se proporem a criar, já se configura como uma forma de expressão e reflexão sobre suas emoções. Apesar da recusa, observamos que os trabalhos criados revelaram muito da subjetividade dos estudantes, visto que tais imagens vinham muito expressivas e em alguns momentos acompanhadas de palavras.

Outro ponto importante a ser mencionado, é a pressão familiar abordada por uma das estudantes, E3. Onde esta sente que a família exige muito, o que percebemos na Figura 3 onde a estudante desenhou uma figura que com um olhar fixo diz “você precisa estudar”. Deste modo, acreditamos que esse seria um dos possíveis causadores da ansiedade, uma vez que a cobrança faz a estudante se sentir incapaz. Também foi observado por meio de uma das suas criações, um suposto pedido de ajuda. Visto que ela representou a imagem de uma criança pedindo socorro. Quando convidada a falar a respeito, a estudante disse ser como se sentia no tocante às demandas escolares.

Figura 3 - Trabalho de E3



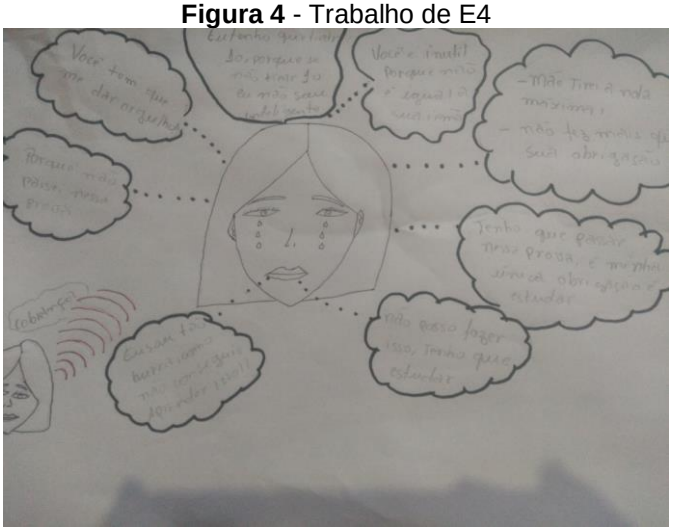
Fonte: Acervo pessoal, 2022.

A cobrança em excesso pode ser uma das causadoras da ansiedade. O que está em linha com o estudo de Valinho (2018), que observou que a ansiedade pode estar ligada a traumas e a cobranças do mundo contemporâneo e que podem ser derivadas do meio familiar ou do ambiente escolar, provocando nos estudantes, o medo de errar.

Cabe lembrar que os estudantes que participaram deste estudo cursam em média 17 (dezessete) ou 18 (dezoito) disciplinas. Deste modo, entendemos que a escola também contribuiria para essa cobrança, dado que, funciona em período integral. Outro fator seria, possivelmente, que boa parte dos estudantes são de cidades vizinhas, isto é, são adolescentes que saem da casa dos pais para a cidade de São Raimundo Nonato para estudar.

Essa cobrança também foi notada no trabalho de E4, onde a mesma representa uma menina chorando e vários balões com frases de cobranças, como observamos na Figura 5. Na imagem, destacamos as frases "**Você é inútil, porque não é igual a sua irmã?**" e "**Você tem que me dar orgulho**". Acreditamos que tais frases representam os sentimentos da estudante, que se vê na obrigação de ter sempre um bom desempenho na escola. Outro ponto também importante a ser mencionado, é que a comparação com outras pessoas pode fazer com que os estudantes se sintam inferiores.

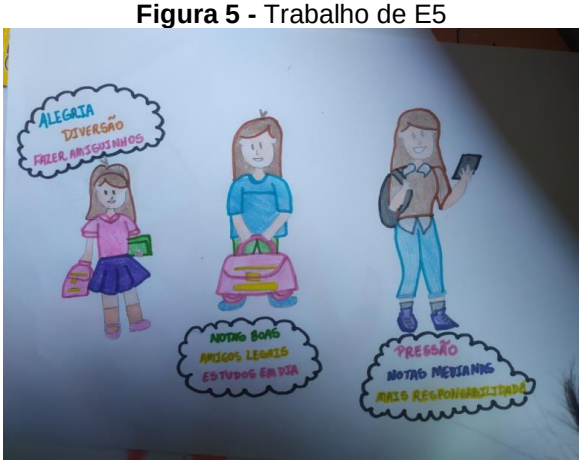
Figura 4 - Trabalho de E4



Fonte: Acervo pessoal, 2022.

Essa cobrança também fica evidente no trabalho de E5, quando essa é instigada a pensar na sua vida de estudante, desde a pré-escola ao ensino médio. Aparecem em seu trabalho, na representação das séries iniciais, palavras como "alegria" e "diversão". No entanto, no ensino médio (última imagem à direita), percebemos palavras como "pressão" e "mais responsabilidade". Como mencionamos mais acima, no ensino médio os estudantes estão passando pela adolescência, um momento de transição, em que não são nem crianças e nem adultos. Também compreendemos que, neste nível de ensino, os estudantes já estão em preparação para entrar em uma Universidade, o que justificaria as palavras, mencionadas pela estudante E5 em sua produção, como percebemos na Figura 5.

Figura 5 - Trabalho de E5



Fonte: Acervo pessoal, 2022.

Diante dos resultados alcançados neste estudo, percebe-se que os estudantes reclamam de angústia, medo e ansiedade. Visto que estas foram palavras recorrentes em suas produções. O resultado está em linha com o estudo de Costa, Costa e Carolino (2009, p. 191) que advertiu que:

> [...] atuando como processo terapêutico, a arteterapia oferece possibilidades de entender as imagens contidas no inconsciente de cada indivíduo, fortalecendo o processo expressivo, apontando para um caminho de cuidados criativos para a solução de conflitos.

Quando as/os estudantes foram instigadas/os a produzirem uma tela trazendo os sentimentos a respeito das sessões de arteterapia e como estas haviam contribuído para a abordagem da ansiedade, estes relataram que gostaram da experiência e demonstraram em suas imagens um processo de transformação, como percebemos nas imagens 6 de E2 e 7 de E4.

Figura 6 - Trabalho de E2

Fonte: Acervo pessoal, 2022.

Figura 7 - Trabalho de E4

Fonte: Acervo pessoal, 2022.

Ambas as estudantes falaram em transformação após participarem das sessões de arteterapia. A estudante E2 disse: "**a arteterapia me ajudou a me expressar mais através de desenhos, de conversas, me ajudou a ter um pouco mais de paciência para as coisas**". Destacou ainda que, as borboletas em seu trabalho representavam mudança, renovação e transformação.

Por seu turno, a estudante E4 desenhou duas máscaras, que, de acordo com sua explanação, uma delas (à direita) foi representada com os lábios costurados, significando o medo de falar, além de uma lágrima escorrendo no rosto. A outra máscara representada significaria a libertação, isto é, durante as sessões a estudante afirma ter conseguido expor seus sentimentos através das suas criações. Segundo Valinho (2018, p. 34):

> [...] os alunos com indícios de algum transtorno de ansiedade, como fobia social, terão dificuldades em falar em público, apresentar seminários, participar de debates, tirar dúvidas em sala de aula e são incapazes de pedir ajuda na solução de problemas.

Acreditamos que as sessões contribuíram, significativamente, para a exposição dos sentimentos através das criações. Porém, em alguns momentos, percebemos a necessidade de encaminhamento de alguns estudantes para atendimento especializado com a psicóloga da instituição.

Durante todo o processo, identificamos que os estudantes sentem necessidade de falar das suas emoções, mas que têm receio. Visto que alguns faziam as produções, mas não queriam falar sobre, provavelmente, por medo de julgamentos.

Diante dos resultados aqui elencados, acreditamos que a arteterapia pode contribuir na abordagem da ansiedade na escola. No entanto, concordamos com Valinho (2018) que para minimizar os sintomas de ansiedade na escola, é preciso um trabalho conjunto entre equipe pedagógica da escola, família e professores.

Considerações Finais

O presente relato de experiência do estágio supervisionado em arteterapia, teve como objetivo analisar a importância da abordagem da ansiedade na escola por meio da arteterapia. Neste sentido, buscou, através de sessões de arteterapia oferecidas a 7 (sete) estudantes, minimizar os efeitos da ansiedade na vida escolar.

Neste estudo, foi possível perceber que os problemas relacionados à ansiedade estão crescendo no meio escolar. Como exemplo citamos o ocorrido na Escola de Referência em Ensino Médio (EREM), na cidade de Recife, Pernambuco, em abril deste ano, onde 26 (vinte e seis) estudantes tiveram uma crise de ansiedade coletiva.

Acreditamos que esse é um problema que cresce no ambiente escolar e que merece uma atenção específica; visto que crises de ansiedade prejudicam o desenvolvimento dos estudantes e provocam um sentimento de incapacidade.

As/os estudantes partícipes deste estudo relataram que as sessões de arteterapia contribuíram para o entendimento de suas emoções e que gostaram da experiência. Além de observarem que; as sessões diferiam de tudo o que já haviam feito.

Neste sentido, acreditamos que sessões de arteterapia no espaço da escola poderiam oferecer, aos estudantes, meios de minimizar a ansiedade, sem que haja a necessidade de medicamentos controlados. Uma vez que tais fármacos trazem, muitas vezes, reações adversas como sono em excesso. No entanto, este atendimento precisa ser realizado por um profissional com formação específica para tal, para que se chegue aos resultados esperados.

A escola e a família precisam trabalhar em conjunto para o crescimento e o desenvolvimento dos estudantes. Ambas as instituições precisam ser ponto de apoio para que tais estudantes possam passar por esse momento e superar a ansiedade. Uma vez que estes se encontram na adolescência, com muitas mudanças biológicas e cognitivas que resultam em insegurança e em medo.

Referências

AGUIAR, Priscila. **Mais de 20 alunos de escola estadual no Recife são socorridos com crise de ansiedade; caso é segundo no mesmo dia.** Disponível em: https://g1.globo.com/pe/pernambuco/noticia/2022/05/19/mais-de-20-alunos-de-escola-estadual-no-recife-sao-socorridos-com-crise-de-ansiedade-caso-e-segundo-no-mesmo-dia.ghtml . Acesso em: 22 set. 2022.

ALVES, Ana Cláudia Canário Costa. **Contribuições da arteterapia no ensino da arte para alunos do ensino médio do colégio estadual atheneu sergipense**. Apresentação de Trabalho/Comunicação). Sergipe: VI Congresso Latino-americano de Psicologia Junguiana, 2012.

BRITO, Sávio Breno Pires *et al.* Pandemia da COVID-19: o maior desafio do século XXI. **Revista Visa em debate: sociedade, ciência e tecnologia**. Rio de Janeiro: Fiocruz, v. 2, n. 8, p. 54-63, 2020.

COSTA, R. X.; COSTA, Rosangela Xavier da; CAROLINO, Jaqueline. Cuidar com arteterapia: um caminho para a consciência planetária. Horizonte. **Revista de Estudos de Teologia e Ciência da Religião** (Online), v. 7, p. 203-210, 2009.

COSTA, R. X. Arteterapia & Artes Visuais: aproximações contemporâneas. **Revista Cartema**, v. 1, p. 65-75, 2012.

COSTA, R. X. Arteterapia como investigação: a trajetória do Grupo de pesquisa em Arteterapia e Educação em Artes Visuais da UFPB- GPAEAV/UFPB. **Revista Científica de Arteterapia Cores da Vida**, Goiânia, GO: ABCA, v. 14, p. 30-35, 2013.

HEIJDE, Maria de Fátima Martins van der. **A história da arte e a Arteterapia**. Pós-Graduação Lato Sensu. Rio de Janeiro: Universidade Candido Mendes, 2006.

JATOBÁ, Joana D'Arc Vila Nova; BASTOS, Othon. Depressão e ansiedade em adolescentes de escolas públicas e privadas. **J. Bras Psiquiatr**., Rio de Janeiro: Ipub, v. 3, n. 56, p. 171-179, 2007.

MACHADO, Beatriz *et al*. Arteterapia na educação: uma possibilidade? **Revista Eletônica S@ber**, v. 1, p. 1-7, 2017. Disponível em: https://www.inesul.edu.br/revista/arquivos/arq-idvol_50_1504211729.pdf . Acesso em: 22 set. 2022.

PROIFES. **ONU destaca necessidade urgente de aumentar investimentos em serviços de saúde mental durante a pandemia de COVID-19**. Disponível em: https://www.proifes.org.br/onu-destaca-necessidade-urgente-de-aumentar-investimentos-em-servicos-de-saude-mental-durante-a-pandemia-de-covid-19/**.** Acesso em: 22 set. 2022.

SANTOS, Vânia Oliveira. **Arteterapia na educação**. Pós-Graduação Lato Sensu. Rio de Janeiro: Universidade Candido Mendes, 2003.

SUS-SC. **Transtornos depressivos**. SANTA CATARINA. RAPS. Transtornos depressivos: protocolo clínico. 2015. Disponível em: https://www.saude.sc.gov.br/index.php/documentos/atencao-basica/saude-mental/protocolos-da-raps/9191-transtornos-depressivos-clinico/file. Acesso em: 22 set. 2022.

VALINHO, Evelyn Alturas. **Ansiedade e seus efeitos no processo de ensino-aprendizagem**. Pós-Graduação Lato Sensu. Rio de Janeiro: Universidade Candido Mendes, 2018.

VIEIRA, Camila de Carvalho. Contribuições da Arte e do professor arteterapeuta para a Educação Inclusiva. **Revista Educação, Artes e Inclusão**, v. 1, n. 2, maio/ago. 2017.

YIN, Robert K. **Estudo de caso: planejamento e métodos**. Trad. Daniel Grassi. 2. ed. Porto Alegre: Bookman, 2001.

Recebido: 14/11/2021 | Revisado: 02/12/2022 | Aceito: 03/12/2022 | Publicado: 02/01/2022

5 - ARTETERAPIA: UM DESPERTAR DE EMOÇÕES

Luana Rodrigues Araújo Alves[9]
Miriam Carla Marques Machado[10]
Onilda Patrícia Medeiros[11]

Resumo: Este artigo é resultado de um estudo de caso extraído do grupo de atividades arteterapêuticas, realizadas como prática de estágio supervisionado referente ao Curso de Especialização em Arteterapia ofertada pela UNIESP. Para o desenvolvimento deste trabalho, em que se propõe uma reflexão acerca das influências da arteterapia no processo de autoconhecimento, como um meio facilitador para a expressividade e o desbloqueio criativo, foram utilizados recursos como desenho, pintura e modelagem (massinha e argila), com o intuito de proporcionar a auto-observação, neste caso, da cliente denominada de Violeta[1], durante o processo arteterapêutico. Trata-se de um estudo de caso, fundamentado nos pressupostos teóricos da Psicologia Analítica de Carl Gustav Jung (1999, 2014, 2016), de Robson Xavier da Costa (2010), de Maria Cristina Urrutigaray (2011) e de Cláudia Brasil (2013).
Palavras-chave: Arteterapia; Autoconhecimento; Materiais expressivos; Desbloqueio criativo.

Art therapy: an awakening of emotions

Abstract: This article is the result of a case study drawn from the group of art therapeutic activities, carried out as a supervised internship practice concerning the specialization in art therapy, offered by UNIESP. This work proposes a reflection on the influences of art therapy in the process of self-knowledge, as a facilitating means for expressiveness and creative unblocking. For the development of this work, some resources were used: drawing, painting and modeling (modeling clay and argil). In order to provide the self-observation, in this case, of the client named Violeta, during the art therapeutic process. This case study was based on theories of Analytical Psychology by Carl Gustav Jung (1999, 2014, 2016), Robson Xavier da Costa (2010), Maria Cristina Urrutigaray (2011) and Claudia Brasil (2013).
Keywords: Art therapy; Self-knowledge; Expressive materials; Creative unblocking.

Arteterapia: un despertar de emociones

Resumen: Este artículo es resultado de un estudio de caso extraído del grupo de actividades arteterapéuticas, realizadas como práctica de pasantía supervisadas referente al Curso de Especialización en Arteterapia ofertada por la UNIESP. Para el desarrollo de este trabajo, en el que se propone una reflexión acerca de las influencias de la arteterapia en el proceso de autoconocimiento, como un medio facilitador para la expresividad y el desbloqueo creativo, fueron utilizados recursos como diseño, pintura y modelado (masa de moldar y arcilla), con el fin de proporcionar la auto observación, en este caso, de la cliente denominada de Violeta, durante el proceso arteterapéutico. Se trata de un estudio de caso, fundamentado en los presupuestos teóricos de la Psicología Analítica de Carl Gustav Jung (1999, 2014, 2016), de Robson Xavier da Costa (2010), de Maria Cristina Urrutigaray (2011) y de Cláudia Brasil (2013).
Palabras clave: Arteterapia; Autoconocimiento; Materiales expresivos; Desbloqueo creativo.

Introdução

Este trabalho traz uma reflexão sobre a influência da arteterapia no processo de autoconhecimento como um meio facilitador para a expressividade e o desbloqueio criativo. O sujeito da pesquisa é uma cliente em acompanhamento, a quem demos o pseudônimo de Violeta, para preservar sua identidade. O trabalho seguiu a ética do compromisso de confidencialidade. Durante as atividades em grupo, aplicamos a anamnese e constatamos um quadro emocional que se aproximava da ideia de bloqueio criativo, seguido por um processo de resistência, que se repetiu durante alguns encontros.

---

[9] Graduada em Artes Visuais pela UFPB; Arte Educadora, arteterapeuta em formação, e-mail: luanaartesvisuais@gmail.com
[10] Graduada em Artes Visuais pela UFPB; Arte Educadora, arteterapeuta em formação, e-mail: miriamcmm5.0@gmail.com
[11] Graduada em Artes Visuais pela UFPB; Arte Educadora, arteterapeuta em formação, e-mail: onoldapatricia@gmail.com

Durante as comunicações em grupo e no decorrer das atividades, percebemos que Violeta tinha dificuldade de se expressar criativamente. Com base nisso, iniciamos este estudo com a seguinte questão: Como a arteterapia pode contribuir para o autoconhecimento por meio do desbloqueio criativo? Para responder a essa questão, pensamos em atividades que pudessem colaborar com o processo de autoconhecimento de Violeta. Para isso, recorremos às teorias de abordagem junguiana, com o fim de nortear a fundamentação deste artigo.

Seguindo a proposta de reflexão sobre determinadas motivações que podem acometer uma pessoa a bloqueios criativos, estabelecemos o objetivo específico de investigar a influência das ações arteterapêuticas praticadas em grupo no processo de autodescoberta, atentando para a referência de elementos presentes nas projeções.

Este estudo foi dividido em quatro etapas, para cujo desenvolvimento foi elaborado um plano de ação. Na primeira, fizemos um mapeamento do referencial teórico, tendo como base a literatura de Jung (1999, 2014, 2016), no âmbito da Psicologia Analítica, conferindo estratégias no decorrer do tratamento terapêutico para analisar as criações simbólicas da cliente em acompanhamento. Alinhamos à abordagem de Jung, como fonte esclarecedora da importância da prática arteterapêutica, o direcionamento metodológico da autora Urrutigaray (2011), voltado para a dialética consciente-inconsciente, por meio do fazer artístico. E por fim, Brasil (2013), que revela, em sua pesquisa, a importância dos meios expressivos utilizados, como técnicas verbais e não verbais, visando auxiliar a transmutação do ser da pessoa em tratamento.

Na segunda, mostramos que a abordagem do processo em Arteterapia com grupos, relatado por Sei (2010), pode contribuir para o avanço psicológico de cada indivíduo participante do grupo nas trocas de suas experiências, o que colabora para o crescimento individual. Nesse aspecto, Marquetti (2010) dirige seu olhar para o mito ‘O fio de Ariadne e o touro de Ida’ e o relaciona ao fenômeno de repetição cíclica do renascimento e da morte, que remete ao ato de fiar e de tecer da aranha em torno de si mesma, o que associamos ao labirinto e à mandala. Já a simbologia apresentada por Pereira (2017) sobre as percepções da flor de lótus nos conduziu ao pensamento do ato cíclico.

Eliade (1991) assevera que o símbolo é sobremaneira importante para o desenvolvimento cognitivo e intelectual porquanto revela informações sobre o desenvolvimento humano por meio de conteúdos simbólicos. Na terceira etapa, apresentamos um entrecruzar de ideias e formulamos uma espécie de análise da matéria elaborada, com o propósito de revelar os possíveis resultados. Nesse sentido, buscamos, por meio do pensamento de Costa (2010), percepções relacionadas ao benefício da arteterapia como um processo de autodescoberta, que possibilita o desbloqueio criativo.

A importância do autocuidado

Este artigo foi elaborado seguindo os princípios da metodologia qualitativa e de alguns modelos bibliográficos. As informações foram coletadas por meio de experiências arteterapêuticas em grupo. Para iniciar o estudo de caso, buscamos referências com o intuito de construir um trabalho de caráter científico, que possa contribuir com a comunidade acadêmica e refletir sobre ideias e práticas arteterapêuticas.

Na contemporaneidade, alguns tipos de comportamento têm se manifestado, como adoecimentos mentais que podem estar relacionados às desordens psicológicas como uma tendência ao desenvolvimento de conflitos internos**.** Esses fatores poderão desencadear bloqueios psíquico-criativos, que dificultam o inconsciente a expandir o ego, o que contribui para que o indivíduo não reconheça o próprio *Si - mesmo*[2]*.* Como sabemos, a criatividade é inata ao ser humano, e isso nos conduz a pensar sobre ideias que são materializadas através da arte, considerando a relevância de algumas práticas utilizadas na arteterapia, que contribuem para que o sujeito em processo de autoconhecimento possa manifestar sentimentos reprimidos.

De acordo com Jung, a imaginação ativa é uma técnica que estimula o processo de criação, abstrai a mente da realidade e possibilita uma conexão com o universo interno, o que, talvez, aproxime mais aos afetos em desalinho, abrindo espaço para alimentar fantasias espontâneas. “[...] considera o valor da utilização de técnicas expressivas como elemento propiciador do resgate do sentido de viver, pois, por meio de uma imagem, o sujeito vê - se diante da circunstância de “traduzir o indizível em formas visíveis” (JUNG, 1999, p. 104).

No que diz respeito à importância da utilização de técnicas expressivas durante o processo de autoconhecimento, verificamos que as percepções da autora Urrutigaray (2011) dialogam com a abordagem simbólica de Jung, no sentido de que a técnica expressiva e a *práxis* arteterapêutica direcionam-se à dialética entre consciente e inconsciente por meio do fazer artístico. Por isso é importante o estímulo imagético por meio do fazer artístico, em que o corpo pode se tornar catalisador de imagens em todo o processo e movimentar a energia psíquica ao liberar emoções e sentimentos. “A atividade artística promove a imagética e, desta maneira, ativa a energia psíquica, trazendo à tona a emoção que estava escondida na imagem, fruto da atividade ou procedimento cognitivo” (URRUTIGARAY, 2011, p. 41).

Assim, compreendemos que Brasil (2013), de certa forma, falou sobre a importância da representação simbólica em conjunto com as técnicas expressivas verbais e não verbais, que servem como auxílio na transmutação da pessoa em tratamento. Percebemos uma aproximação com o pensamento de Urrutigaray, quando Brasil menciona que a prática arteterapêutica “tornou-se fonte inesgotável de recursos para facilitar a comunicação com o inconsciente” (BRASIL, 2013, p. 83). “A expressão criativa por meio de pintura, desenho, modelagem, tapeçaria, teatro, dança, música, expressão corporal e atividades como escrita facilitam a

comunicação com o inconsciente, tornando a relação entre a consciência e o inconsciente mais fluida.” (BRASIL, 2013, p. 84).

Ressaltamos a importância das duas autoras citadas acima, porquanto elas usam como fonte para seus estudos percepções e pensamentos junguianos para fundamentar suas pesquisas sobre as *práxis* arteterapêuticas. Além dessas referências na prática da arteterapia, buscamos subsídios sobre o trabalho arteterapêutico com grupos e verificamos que a abordagem relatada por Sei (2010) pode contribuir com as atividades propostas relacionadas ao avanço psicológico de cada indivíduo participante do grupo. Por meio de tal abordagem é possível promover a reorganização mental de cada indivíduo.

Em ‘O fio de Ariadne e o touro de Ida’, Marquetti (2010) reflete sobre uma relação cíclica manifestada por gerações, que pode estabelecer um sistema matrilinear, demonstrado por meio da ocultação de verdades motivadas pelo sentido de seduzir, com o intuito de tecer uma nova vida. Desta maneira, a autora faz uma correlação entre o fazer da aranha, “fiando seu mundo a partir de si mesma, porque a aranha e seu fazer são a prefiguração de uma das divindades mais antigas: as fiandeiras” (MARQUETTI, 2010, p. 33), e o ato do ser humano de se guiar em busca de seu centro oculto, em um processo cíclico de autoconhecimento. Com essa análise de Marquetti, entre o cíclico e o centro oculto, entendemos a simbologia do labirinto e da mandala como um meio de reintegrar as partes (pares de opostos) de acordo com os conflitos internos.

Na simbologia apresentada por Pereira (2017) sobre a flor de lótus, há uma complementação do significado do ato cíclico. Nesse ínterim, Eliade (1991) é referenciado pela importância da simbologia no processo de criação para o desenvolvimento cognitivo e intelectual, apresentada pelas imagens criadas pelo ser humano. Sob o ponto de vista de Costa (2010), a arteterapia é um meio para a autodescoberta, que possibilita o desbloqueio criativo.

Início do processo

Nos últimos tempos, temos visto um aumento significativo de pessoas com transtornos mentais, muitas das quais acabam recorrendo a tratamentos psicofármacos. No entanto, sabemos que determinados procedimentos psicotrópicos, além de causar dependência química, não tratam a causa do problema. Isso nos conduz a refletir sobre técnicas utilizadas normalmente para cuidar do campo emocional, como as práticas realizadas na arteterapia, que dão bons resultados em relação ao bem-estar físico e mental, porque, com recursos expressivos, o cliente arteterapêutico pode conseguir exprimir informações em relação a sentimentos latentes que possam estar interferindo em suas atividades diárias. Com o intuito de identificar um problema relevante, iniciamos o processo de anamnese em grupo, em busca de informações que apontassem as necessidades particulares de cada participante.

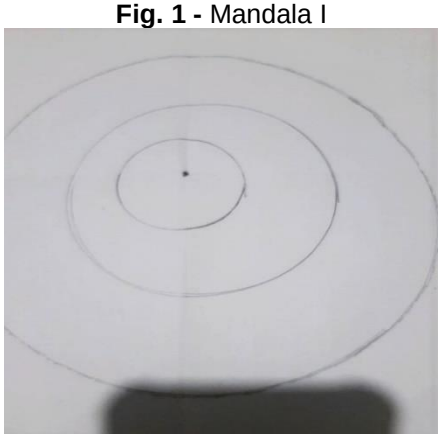
Dentre as atividades e as interações, percebemos um travamento no discurso da cliente Violeta em sua primeira produção simbólica sobre a proposta de refletir a respeito da questão “Quem sou eu?”, o que chamou a atenção das facilitadoras. Durante essa atividade, ela demonstrou um comportamento de negação, ao dizer “Não sei desenhar, não sei fazer nada”. Isso denotou um sentimento de inferioridade e de insegurança, que se repetiu durante algumas sessões. E para facilitar a autorreflexão, recorremos à utilização de materiais expressivos: Conforme Urrutigaray (2011, p. 109): “O profissional de Arteterapia destina-se, assim, como agente facilitador do processo de busca pela ‘totalidade psicológica’, ou realização do self, ao exercício de estimulação da criação e ao de observar e acompanhar o processo de criação, de maneira que seu “atentar” deve dirigir-se para o que vê e ouve durante a dita execução da obra”.

Para Urrutigaray (2011), a/o agente facilitador/a pode contribuir com as percepções do inconsciente pela busca da totalidade do ser. Voltamos nossa atenção para as expressões mais sutis que, de alguma maneira, revelassem seus complexos e possibilitassem a autoconsciência.

Violeta e o princípio de suas percepções

Ao relatar sua história de vida, Violeta deixou transparecer sentimentos de angústia, de ressentimento e de vergonha por não ter sido alfabetizada e escondeu parte de suas verdades, como o fato de ter desempenhado, durante muitos anos, a função de gari. De início, observamos uma liberação de energia que antes poderia estar reprimida, já que, com a reflexão durante a atividade, conseguiu comunicar algumas informações sobre seus complexos e descreveu-se, de maneira simbólica, como um ponto no centro de uma mandala (Figura 1). Nesse trabalho, havia espaços em branco dentro de círculos, e Violeta falou: “veio muita coisa em minha cabeça, mas eu não sei o que colocar”. A princípio, recusou-se a compartilhar sua imagem com o grupo, alegando que a mandala estava torta e vazia. No entanto, mesmo demonstrando insegurança, com a ajuda de algumas das facilitadoras arteterapêuticas, Violeta iniciou um processo de enfrentamento do medo e conseguiu apresentar seu trabalho para todo o grupo.

Fig. 1 - Mandala I



Fonte: Acervo de Violeta – 2022

Notamos, todavia, que, no trabalho exposto pela cliente, aquela representação de círculo abrangia informações importantes e profundas inerentes ao seu inconsciente e uma relação de busca por compreender o *Self,* quando ela traça um ponto no centro. A princípio, isso nos moveu a pensar na possibilidade de ela estar caminhando na medida do desejo pelo ponto de equilíbrio, embora, inicialmente, suas manifestações demonstrassem angústia, o que resultou na falta de criatividade. Por outro lado, suas ações nos conduziram a cogitar sobre uma possível ocultação de memórias revisitadas, já que Violeta se referia ao vazio pelo excesso de informações que vieram durante sua imersão na atividade meditativa.

Processando memórias

No decorrer das práticas posteriores, a cliente Violeta alimentou seu imaginário, fez projeções sobre seus conflitos em relação ao próximo, mas não assumiu ou não enxergou sua autorresponsabilidade. Essas revelações apresentaram uma carência afetiva no que se refere à sua criança interior, pois manifestou um comportamento de revolta, embora deixasse transparecer a figura da menina que não se deixava abater pelos obstáculos que surgiam em seu caminho, ora demonstrando o arquétipo da criança, ora, o da heroína. Como um processo de determinação de suas conquistas, Violeta voltou o olhar, mesmo que inconscientemente, para o seu interior e revelou novamente a busca de seu centro organizador, almejando transformação.

Também consideramos significativas as experiências maternas relatadas, devido às buscas por referências encaradas como perdidas durante o tempo. Porém, quando estabeleceu contato com outras mulheres (participantes do grupo em atendimento arteterapêutico), expressou um desejo de se afirmar em relação à sua identidade, porque desejava ser aceita naquele espaço (setting terapêutico), embora tenha conseguido acolhimento entre as demais participantes. Essas evidências foram sendo acompanhadas de acordo com as propostas deste estudo, em que ousamos fazer uma correlação com o mito grego, 'O fio de Ariadne', como um eterno retorno, uma repetição cíclica estabelecida entre o tecer da aranha e o fio da vida, o renascimento e a morte, que remete ao ato de tecer e de fiar da aranha: "Fiando seu mundo a partir de si mesmo, a aranha e seu fazer são a prefiguração de uma das divindades mais antigas: as fiandeiras" (MARQUETTI, 2011, p. 33).

A relação desse mito pode ser entendida como uma descoberta das potencialidades criativas e cognitivas ocultas, que trazem à consciência de Violeta, no decorrer de seu desenvolvimento como ser humano, a experiência de sua infância. Nesse contexto, a prática inicial com a mandala funcionou como um registro de seu estado emocional referente a um meio de conexão com o inconsciente e ao arquétipo da fera. Segundo Jung (2014, a*pud* MACHADO, 2019, p. 87), "o arquétipo é um elemento vazio e formal em si, nada mais do que *uma faculta praeformandi*, uma possibilidade dada a *priori* da forma da sua representação. O que é herdado não são as ideias, mas as formas, as quais sob esse aspecto particular correspondem aos instintos igualmente determinados por sua forma".

Considerando que o conceito de arquétipo é complexo, recorremos ao pensamento de Jung (2014, p. 52), que o concebe como "formas preexistentes", associada a um elemento vazio, assim como observamos no trabalho de Violeta, cuja imagem demonstra um aspecto de vazio. Nos encontros posteriores, fomos percebendo que o excesso de informações sobrecarregou seu pensamento, e isso, de alguma forma, dificultou que exprimisse suas ideias.

O espelhar de emoções

Nas sessões subsequentes, observamos o quanto é importante a interação em grupo, devido às contribuições e às trocas de experiências entre as demais participantes no processo. Nesse contexto, Violeta começou a se fortalecer e demonstrou estar confiante ao expressar seus desejos e necessidades reais. Isso se

justifica porque, por meio das atividades propostas no *setting* terapêutico, as clientes se permitiram dar um mergulho no inconsciente e deslocar suas energias psíquicas com um movimento que facilitou o acesso ao que é considerado presente, mas que se entrelaça com um tempo passado, influenciando as ações e os pensamentos que correspondem à atualidade. Curiosamente, fomos notando um padrão de repetições e substituições de comportamentos relacionados aos acontecimentos, que podem ser influenciados pelo inconsciente coletivo.

Ao revisitar essas memórias, percebemos que as participantes do grupo estimularam o imaginário de maneira subjetiva. E assim como o inconsciente coletivo tende a influenciar o comportamento humano de maneira subjetiva, podemos enxergar diversas manifestações que envolvem “formas preexistentes”. De acordo com Jung (2014, p. 52), “o inconsciente coletivo não se desenvolve individualmente, mas é herdado. Ele consiste em formas preexistentes, arquétipos, que só secundariamente podem tornar-se conscientes, conferindo uma forma definida aos conteúdos da consciência”.

Compreendemos a relação do inconsciente coletivo com o conceito de arquétipo. Observamos que a figura feminina foi recorrente nas descrições das clientes que, de maneira significativa, representaram-na pela imagem materna, da mulher trabalhadora e da filha amada. A figura feminina foi bastante projetada pelas clientes e reconhecida em suas escritas e nas imagens desenhadas, modeladas e pintadas. Pudemos identificar informações que envolvem percepções a partir da experimentação de materiais expressivos, em que as próprias participantes passaram a perceber um movimento cíclico de desconstruções e reconstruções estruturais em suas vidas, despertando para descobertas reveladoras sobre seus anseios e verdades. Para evitar que as participantes interrompessem o processo, fornecemos-lhes alguns materiais expressivos e verificamos, de forma singular, o desempenho de cada uma delas. Isso nos levou a inferir que “Cada ser é único, e isso se reflete no material produzido nas sessões arteterapêuticas e, por isso, a presença de pessoas em diferentes etapas do desenvolvimento deve ser atentamente observada. Ressalta-se que diferenças podem ser de grande riqueza, colaborando para o crescimento e troca, desde que bem trabalhado pelo coordenador do grupo, de maneira que os indivíduos sintam que há um modelo a ser alcançado, com um trabalho “melhor” do que o outro” (SEI, 2010, p. 54).

Entendemos que a concepção do modelo a ser alcançado pode ser direcionada aos avanços subjetivos, em que a ideia pré-estabelecida sobre a realização de um bom trabalho criado pela cliente no processo arteterapêutico não se relaciona com o sentido de julgamento estético - ou intelectual - mas associado ao contexto de desenvolvimento psicológico, compatível com as questões individuais que impulsionam o progresso em grupo. Assim, ao respeitar as escolhas dos participantes, fomos entendendo que seria necessário trabalhar seus apontamentos conduzidos por expressões de resistência.

Isso pode ser comparado com um processo alquímico, em que a manipulação de elementos e de substâncias gera um novo elemento. Então, aos poucos, as clientes foram ressignificando seus pares de opostos e dando um novo sentido ao que consideramos propósito de vida. Nesse sentido, a consciência sobre a ressignificação de si mesmas foi aguçada mediante o confronto com as sombras e trouxe à luz informações que se conduziram a partir da materialização simbólica.

Pensando nisso, propusemos uma atividade de modelagem com massinha, como um ensaio para o encontro posterior, em que as facilitadoras pudessem observar a maneira como as clientes manifestavam seus sentimentos ao manusear aquele tipo de material. A participante Violeta deu um passo bastante significativo, ao revelar uma imagem rica em detalhes. A resposta a esse convite surpreendeu algumas das outras participantes que, ao compartilhar seu processo, aparentemente deixaram transparecer a surpresa com as próprias descobertas, assumindo formas e sensações, o que relacionamos com o desabrochar das flores. Apresentamos as imagens abaixo como o espelhamento das emoções das clientes, conteúdos do inconsciente de maneira simbólica, em que a energia arquetípica é impulsionada pelos instintos.

Fig. 2 – O materno, o amor e a paz – 2022

Fonte: Acervo de Gardênia

Fig. 3 – A casa, a flor e a estrela - 2022

Fonte: Acervo de Vitória

ARTETERAPIA
Cores da Vida
Ano 19 - Volume 30 - Número 1 - Janeiro – Junho - 2023

As produções de Gardênia e de Vitória (Figuras 2 e 3), no decorrer de seus processos, podem ser observadas como um reflexo do '*Self*', ao mesmo tempo em que dialoga com as questões afetivas/sociais, no tocante à religiosidade, fazendo referência à própria essência. Com base nessas informações, entendemos o processo de Violeta como um fator importante no decorrer das ações em grupo, em que ela demonstrou segurança ao compartilhar seus sentimentos e as percepções que observou durante seu desenvolvimento criativo.

Da simbologia ao despertar criativo

Ao acompanharmos o processo criativo de Violeta com a argila, notamos uma conexão entre ela e a matéria, quando deixou transparecer sua sensibilidade e chegou ao ponto de se expressar com intensa emoção. Essa atitude revelou sua consciência sobre o que a angustiava naquele momento e fez um elo entre situações do passado que ela enxergava como algo que contribuiu para alguns de seus traumas. Nessa ocasião, cogitamos sobre a possibilidade de a arteterapia ter atingido o campo do inconsciente de Violeta, quando ela desvelou sua dor, que antes se encontrava latente, dando um novo sentido ao que lhe causava sofrimento. Nesse momento, percebemos, em seu olhar, uma expressão de alívio e a emoção por estar se sentindo segura ao modelar um objeto carregado de significados afetivos, deixando transparecer o reconhecimento de seu potencial criativo.

Fig. 4 – Diálogo – 2022

Fonte: Acervo de Violeta

Ao visualizar o trabalho de Violeta de modelagem com a argila (Figura 4), podemos pensar na imersão da cliente como um processo de desbloqueio criativo em direção ao seu *self*. De acordo com Costa (2010, p. 153), "a Arteterapia proporciona ao ser, por meio do desbloqueio do processo criativo, o autoconhecimento mediado pelas imagens e pelos recursos artísticos, levando o indivíduo a um crescimento individual e coletivo".

Isso revela a possibilidade de início da própria individuação. Nesse ínterim, Violeta se refere à sua dor e aos seus sentimentos de frustração e de insatisfação, no que diz respeito à sua interação social e familiar, principalmente associando ao seu casamento.

Isso nos levou a atentar para uma possível projeção de situações vivenciadas e absorvidas durante a infância que impactaram diretamente em seu comportamento e podem estar limitando suas ações e interferindo em sua atual situação emocional. Devido à fragilidade que Violeta demonstrou no início do processo, podemos reconhecer a importância da arteterapia sobre suas percepções de vida, por ter lhe proporcionado bem-estar, quando ela se dispôs a se transformar e a romper com paradigmas.

Portanto, entendemos que o desenvolvimento de Violeta, por meio do processo arteterapêutico, condiz com o pensamento de Urrutigaray (2011) sobre os anseios e os propósitos individuais, tendo em vista sua busca pelo autoconhecimento. "Diante do alcance de objetivos pessoais, a constante percepção do potencial individual, transmutado em execução dada pela consecução de uma obra/criação, garante a aquisição da autoestima e autoconfiança. Fortalecendo o EGO, a Arteterapia direciona a subjetividade, cada vez mais estruturada, no caminho de sua autonomia e autoria de pensamento. Por sua vez, a cada passo no sentido da valorização e do reconhecimento pessoal, aumenta o grau de motivação, de orientação e disposição para a expressão de novas ideias, busca de ideais, novas escolhas, favorecendo a vivência da liberdade. [...] já com relação aos objetivos sociais, a Arteterapia favorece, por sua modalidade pedagógica, o reconhecimento da dimensão simbólica presente na relação com o outro, das qualidades humanas tanto positivas quanto negativas. Além de perceber-se mais tolerante e paciente para com a dificuldade alheia e, também, para com a sua, o indivíduo tem a possibilidade de sentir-se incluído, ou fazendo parte de um grupo. A consecução de uma tarefa em grupo desenvolve sentimentos de companheirismo, intimidade, satisfação, identificação, semelhança, atração, compreensão, orientação, esclarecimento, apoio, proteção e ajuda" (URRUTIGARAY, 2011, p. 86-87).

ARTETERAPIA
Cores da Vida
Ano 19 - Volume 30 - Número 1 - Janeiro – Junho - 2023

Podemos associar a elucidação de Urrutigaray (2011) ao que consideramos como sistema transformador do universo interior para o exterior, que torna perceptível a evolução comportamental do indivíduo. Quando refletimos sobre a fusão entre criador e criatura, em relação ao manuseio com materiais expressivos, no que resulta da materialização de uma possível ideia, considerando o que aflige o sujeito, dentro da perspectiva de seus desejos de reorganização psíquica, ligamos esse tipo de fenômeno entre a criatura e o criador aos elementos da natureza, considerando a metáfora da criação do corpo/barro, a textura, a temperatura (o fogo), a água (a vida), o ar (o espírito) e a terra (o que fecunda e gera vida). Dessa forma nos aproximamos do conceito junguiano das quatro funções psicológicas: o pensamento, o sentimento, a sensação e a intuição. Jung (2016, p. 74) refere que "esses quatro tipos funcionais correspondem às quatro formas evidentes, pelas quais a consciência se orienta em relação à experiência. A *sensação* (isto é, a percepção sensorial) nos diz que alguma coisa existe; o *pensamento* mostra-nos o que é esta coisa; o *sentimento* revela se ela é agradável ou não; e a *intuição* nos dirá de onde vem e para onde vai".

Conforme a concepção de Jung (2016) sobre as funções psicológicas, vinculamos essa percepção às técnicas utilizadas no *setting* arteterapêutico, com o objetivo de proporcionar ao sujeito/cliente compreensões sobre o surgimento de informações do inconsciente que, muitas vezes, revelam sutilmente o despertar de sua consciência, refletindo em suas próprias questões. Nessa perspectiva, atentamos para o surgimento fenomenológico direcionado à organização mental e comportamental, que possibilita o deslocamento dinâmico entre as funções e traz à luz a psique, como no caso de Violeta ao modelar a argila.

O despertar criativo de uma expressão simbólica

Analisando o elemento arquetípico que Violeta apresentou na modelagem com argila, conferimos uma imagem bastante simbólica que relacionamos à flor de lótus, como um conteúdo que emerge do seu inconsciente. Nesse momento, buscamos rever todo o seu processo, na tentativa de compreender que ela pode ter trazido uma referência de suas frustrações e insatisfações relacionais, expressando o desejo de remodelar sua vida e de desenvolver a resiliência, como na evolução natural da flor de lótus, que, de maneira cíclica, em um eterno fluir para a luz do sol, retorna para a água lodenta.

A flor de lótus é uma metáfora que significa que as pessoas conseguem transformar a dor em quietude, autocontrole e persistência, o que corresponde à busca transcendente do ego. Em relação à similaridade desse fato, Kobasa (2019 apud PEREIRA, 2017) que, em seus estudos, "[...] conduziu várias pesquisas nas quais detectou que os indivíduos com personalidade resistente têm uma série de características em comum. Costumam ser pessoas de grande compromisso, controle e orientadas ao desafio".

Podemos dizer que os desejos de Violeta se assemelham à ideia de Kobasa de romper com algumas de suas resistências, compreendendo um pouco mais sobre seus conflitos internos, percebendo suas sombras e desenvolvendo o autocuidado. Contudo, Violeta faz uma reflexão e afirma: "Hoje não tenho forças para suportar, pois é algo que vai além, é muito difícil, se eu fosse mais jovem, não pensaria duas vezes e já teria resolvido. Se Deus não estivesse em minha vida, eu teria feito coisas que sabia que poderia me machucar que, para minha idade, fica feio fazer algumas coisas, eu tenho que colocar a cabeça no lugar! E seguir até quando Deus permitir".

Com esse relato, Violeta dá sentido ao arquétipo presente na imagem que se assemelha à flor de lótus, que aparentou dar início ao processo de individuação ao expressar seus sentimentos. A analisanda acrescentou em seu relato que se identificou com a argila, foi dominada por sentimentos profundos, sentiu emoção, conectou-se com o material e que gostaria de continuar a trabalhar com o barro. Nessa ocasião, observamos a importância do conteúdo simbólico e relacionamos à assertiva de Eliade (1991 *apud* URRUTIGARAY, 2011, p. 36) que consta no livro 'Imagens e símbolos': "O pensamento simbólico não é a área exclusiva da criança, do poeta ou do desequilibrado: ela é consubstancial ao ser humano; precede a linguagem e a razão discursiva. O símbolo revela certos aspectos da realidade - os mais profundos - que desafiam qualquer outro meio de conhecimento. As imagens, os símbolos e os mitos não são criações irresponsáveis da psique; elas respondem a uma necessidade e preenchem uma função: revelar as mais secretas modalidades do ser. Por isso, o seu estudo nos permite melhor conhecer o homem, o homem simplesmente, aquele que ainda não se compôs com as condições da história".

No momento em que observamos o sentido de símbolo, logo o relacionamos ao referencial de imagens projetadas por Violeta, como sinalizador de uma fonte de energia que surge do inconsciente e a motiva a juntar as partes que foram reprimidas. Nesse sentido, consideramos importante a fala da cliente ao revelar que "antes era uma pessoa triste", que não conseguia se expressar, mas sentiu uma mudança ao participar das práticas em arteterapia. Desse modo, Violeta se comprometeu a vencer o medo de recuperar sua autonomia e elevou a autoestima e a perseverança de conseguir se libertar do que lhe trazia pesares.

Seguindo a perspectiva cíclica no movimento arteterapêutico, orientamo-nos pelo cronograma do Projeto de Estágio Supervisionado, que nos possibilitou refletir sobre a trajetória de vida de Violeta, utilizando recursos expressivos para a construção de novos conhecimentos que contribuam para melhorar as relações intra e interpessoais, a fim de resgatar o bem-estar e o processo de individuação.

ARTETERAPIA
Cores da Vida
Ano 19 - Volume 30 - Número 1 - Janeiro – Junho - 2023

Nessa perspectiva, foi proposta a construção de uma nova mandala (Figura 5) para comparar as sensações percebidas no início das sessões. Assim, no último encontro, percebemos que houve avanços ao se representar em outra mandala. Em virtude dessa expressão simbólica, compreendemos que, em sua construção, houve um favorecimento para o despertar do senso de equilíbrio harmônico em direção ao Todo, que se assemelha a uma linha temporal em movimento espiral, que vai do centro para fora, e evolui no decorrer dos atendimentos.

Ao tomar como base a experiência da cliente Violeta, nesse processo de autoconhecimento, percebemos que, conforme a interação do sujeito, ao adquirir confiança no *setting* arteterapêutico, situações psicológicas pós-traumáticas podem tomar um novo sentido. Sob nosso ponto de vista, talvez tenham sido esses os motivos que nos levaram a crer que os elementos modificadores da realidade de Violeta atingiram um resultado esperado, pois esse foi mais um dos fatores que contribuíram para seu desbloqueio criativo.

Fig. 5 – Mandala 2 – 2022

Fonte: Acervo Violeta

Considerações finais

Ao analisar o resultado deste estudo, podemos afirmar que a arteterapia facilita o autoconhecimento. A proposta reflexiva sobre os apontamentos simbólicos expressos por Violeta de certa maneira, revelou autojulgamentos sobre suas habilidades. As reflexões foram se constituindo através das atividades pensadas por meio de revelações que marcaram sua infância, sua juventude e a fase atual. Notamos a existência de conflitos, talvez cristalizados, que podem ter dado início a um processo depressivo por meio de gatilhos mentais.

Conforme o problema identificado na anamnese, verificamos que o desenvolvimento de Violeta correspondeu à proposta deste trabalho, que partiu do seguinte questionamento: Como a arteterapia pode contribuir para o autoconhecimento por meio do desbloqueio criativo? já que Violeta conseguiu vencer suas resistências e ressignificar seus sentimentos a partir da expressividade materializada, por meio do manuseio com a argila, e se sentiu aliviada e, ao mesmo tempo, consciente do seu despertar. Acreditamos que é por isso que a arteterapia é considerada um instrumento de acesso ao inconsciente, porquanto utiliza a arte como um meio que facilita a organização mental do sujeito, estabiliza sua estrutura emocional e, consequentemente, desenvolve o autoconhecimento.

Então, considerando tudo o que foi aqui abordado, entendemos que é preciso dar continuidade ao acompanhamento terapêutico com a cliente Violeta por mais algum tempo, para fortalecer ainda mais a estrutura de sua personalidade e evitar que tenha uma recaída.

Referências

SEI, M. B. O grupo e as grupoterapias. In: SEI, M. B.; GONÇALVES, T. F. (Org.) **Arteterapia com grupos:** aspectos teóricos e práticos. São Paulo: Casa do Psicólogo, 2010.

BRASIL, C. **Cores, formas e expressão**: a emoção de lidar e a arteterapia na clínica junguiana. Rio de Janeiro: Wak, 2013.

COSTA, Rosângela X. da; CAROLINO J. A.; COSTA, Robson X. da. Cuidar com Arteterapia: um caminho para a consciência planetária. In: COSTA, Robson Xavier da. (Org) **Arteterapia & Educação Inclusiva**: diálogo multidisciplinar: Rio de Janeiro: Wak, 2010.

ELIADE, Mircea. **Imagens e símbolos**. São Paulo: Martins Fontes, 1991

JUNG, Carl Gustav. **Fundamentos em Psicologia Analítica**. Rio de Janeiro: Petrópolis Vozes, 1999.

ARTETERAPIA
Cores da Vida
Ano 19 - Volume 30 - Número 1 - Janeiro – Junho - 2023

JUNG, Carl Gustav. **O homem e seus símbolos**. Rio de Janeiro: Harper Collins Brasil, 2016.

JUNG, Carl Gustav. **Os arquétipos e o inconsciente coletivo**: Petrópolis: Rio de Janeiro: Vozes, 2014.

JUNG, Carl Gustav**.** **Psicologia e alquimia**: Petrópolis: Rio de Janeiro Vozes, 1991

MACHADO, Miriam C. M. **Árvore/Corpo**: imagens do feminino. Trabalho de Conclusão de Curso (Graduação em Artes Visuais) – Universidade Federal da Paraíba, 2019.

MARQUETTI, Flávia Regina. O fio de Ariadne e o Touro da Ida. **Revista Eletrônica Antiguidade Clássica**, v. 7, n° 1, 2010, pp. 32-48. Disponível em: chrome-extension://efaidnbmnnnibpcajpcglclefindmkaj/http://antiguidadeclassica.com.br/website/edicoes/setima_edicao/3.pdf. Acesso em: 4 jun. 2022.

PEREIRA, Cida. Seja como a Flor de Lótus: renasça a cada dia diante da adversidade. **Revista Prosa Verso e Arte**. Disponível em: https://www.revistaprosaversoearte.com/seja-como-a-flor-de-lotus-renasca-a-cada-dia-diante-da-adversidade/. Acesso em: 9 jun. 2022.

URRUTIGARAY, Maria Cristina. **Arteterapia**: a transformação pessoal pelas imagens. Rio de Janeiro: Wak, 2011.

NOTAS:
[1] Pseudônimo para preservar a identidade da cliente.
[1] Si – mesmo (Self), Carl Gustav Jung conceitua como, centro organizador da psique humana - Psicologia e Alquimia, 1991, p. 51.

Recebido: 14/11/2021 | Revisado: 19/12/2022 | Aceito: 20/12/2022 | Publicado: 02/01/2022

ARTETERAPIA
Cores da Vida

Ano 19 - Volume 30 - Número 1 - Janeiro – Junho - 2023

NORMAS PARA APRESENTAÇÃO DE TEXTOS A SEREM APRECIADOS PARA PUBLICAÇÃO

……

I- NORMAS GERAIS

A Revista Científica Arteterapia Cores da Vida é um periódico semestral destinado à divulgação arbitrada da produção científica na área da Arteterapia.
Serão aceitos artigos originais e inéditos, destinados exclusivamente à Revista Científica Arteterapia Cores da Vida, que contribuam para o crescimento e desenvolvimento da produção científica da Arteterapia e áreas correlatas.
Os artigos encaminhados são submetidos à avaliação de até três consultores, especialistas na área pertinente à temática do artigo, e aprovados pelo Conselho Editorial.
Os trabalhos poderão ser enviados por via eletrônica (e-mail ou disquete/CD) para arteterapia.goias@gmail.com. Concomitantemente, os autores deverão enviar por via postal ou eletrônica, um ofício solicitando a apreciação do manuscrito pela revista, autorização para sua publicação assinada por todos os autores, com indicação de endereço completo, telefone para contato com o(s) autor(es). Especial atenção ao e-mail atualizado para contatos entre o Comitê Editorial e os autores dos textos originais.
Serão aceitos trabalhos escritos em português, inglês ou espanhol.
Não serão admitidos acréscimos ou alterações após o envio para composição editorial e fechamento do número.
As opiniões e conceitos emitidos pelos autores são de exclusiva responsabilidade dos autores, não refletindo, necessariamente, a opinião do Conselho Editorial da Revista.

II- INSTRUÇÕES PARA O PREPARO E ENVIO DOS TRABALHOS

INFORMES GERAIS

A Revista Científica Arteterapia Cores da Vida publica além de artigos originais, trabalhos de revisão, atualização, estudos de caso e/ou relatos de experiência e resenhas de livros, resumos de teses e dissertações.
Artigos especiais: são obras de destaque no volume, seja por seu aspecto relevante ou porque foi escrito por algum autor de renome na área de Arteterapia. Até 20 laudas.
Artigos originais: são trabalhos resultantes de pesquisa científica apresentando dados originais de descobertas com relação a aspectos experimentais ou observacionais e inclui análise descritiva e ou inferências de dados próprios. Sua estrutura é convencional que traz os seguintes itens: *Introdução, Métodos, Resultados* e *Discussão e Conclusão.* Até 20 laudas.
Artigos de revisão: são trabalhos de revisões sistemática ou integrativa, que têm por objeto resumir, analisar, avaliar ou sintetizar trabalhos de investigação já publicados em revistas científicas. Até 20 laudas.
Artigos de reflexão, atualização ou divulgação: são trabalhos que relatam informações geralmente atuais sobre tema de interesse para determinada especialidade, uma nova técnica, por exemplo, e que têm características distintas de um artigo de revisão. Até 15 laudas.
Relato de experiência: são artigos que representam dados descritivos de um ou mais casos explorando um método ou problema por meio de exemplo. Apresenta as características do indivíduo estudado, com indicação de suas características, tais como, idade entre outras. Até 15 laudas.
Resenha: são artigos que trazem aspectos descritivos e analíticos de obra recentemente publicada e de relevância para a Arteterapia. Até 5 laudas.
Resumos de teses e dissertações: podem ser apresentados resumos com até 400 palavras, em português, inglês e espanhol, no espaçamento simples entre as linhas trazendo a referência bibliográfica da tese ou dissertação de acordo com a NB 66/1989 (NBR 6023) da ABNT, acrescentando o nome do orientador, data (dia/mês/ano) e local (programa e instituição) da defesa.

FORMA DE APRESENTAÇÃO DOS ORIGINAIS

Os trabalhos deverão ser apresentados em formato compatível ao *MS Word for Windows*, digitados para papel tamanho A4, com letra Arial, tamanho 10, com espaçamento simples entre linhas em todo o texto, margem superior igual a 2,5 cm e inferior, esquerda e direita igual a 1,5 cm; parágrafos alinhados em 1,0 cm.
Título: deve ser apresentado justificado, em caixa alta, negrito e nas versões da língua portuguesa, espanhola e inglesa.
Autores: nome(s) completo(s) do(s) autor(es) alinhados à esquerda, numerado com a especificação no final do texto informando: formação profissional, titulação, local de trabalho ou estudo, endereço para correspondência do autor e E-mail atualizado.
Resumo e descritores: devem ser apresentados na primeira página do trabalho em português, espanhol e inglês, digitados em espaço simples, com até 300 palavras, contendo obrigatoriamente introdução, objetivos, métodos, esultados e discussão e conclusões. Ao final do resumo devem ser apontados de 3 a 5 descritores ou palavras

chaves que servirão para indexação dos trabalhos. Para tanto os autores devem utilizar os descritores da Biblioteca Virtual em Saúde (www.bireme.br - terminologia em saúde – Descritores em Ciências da Saúde – Consulta ao DeCS).

Estrutura do Texto: a estrutura do texto deverá obedecer às orientações de cada categoria de trabalho já descrita anteriormente, acrescida das referências bibliográficas, de modo a garantir uma uniformidade e padronização dos textos apresentados pela revista. Os anexos (quando houverem) devem ser apresentados ao final do texto.

Ilustrações: tabelas, figuras e fotos devem estar inseridas no corpo do texto contendo informações mínimas pertinentes àquela ilustração (Por ex. Tabela 1; Figura 2; etc). Texto alinhado à esquerda com recuo de segunda linha de 2,0cm.

Citações: as citações *ipsis literis* de referências bibliográficas deverão aparecer entre aspas, incluídas no texto e indicando o número da página. Neste caso não são necessário recuos nos parágrafos. Os depoimentos dos sujeitos da pesquisa, quando for o caso, deverão estar em itálico, com o mesmo tipo de letra do texto, isto é Arial 10 e na seqüência do texto, sem recuos de parágrafos. No corpo do texto, devem ser especificadas as fontes segundo AUTOR, DATA. Para dois autores, AUTOR 1 & AUTOR 2, DATA e, para três autores AUTOR 1; AUTOR 2 & AUTOR 3, DATA e mais de três autores AUTOR 1 et al, DATA. No caso de fonte secundária utilizar: Autor apud AUTOR SECUNDÁRIO, DATA, página se for literal.

Errata: os pedidos de correção deverão ser encaminhados em, no máximo, 30 dias após a publicação.

Referências bibliográficas: devem ser digitadas de acordo com a ABNT, NBR 6023 e ordenadas em ordem alfabética. Este item deverá conter apenas os autores citados no corpo do texto.

Exemplos de referências

Obs: até três autores, deve-se colocar todos. Mais de três, deve-se indicar o primeiro nome e a expressão *et al.*

Livros:

- CIORNAI, S. (Org.). **Percursos em Arteterapia: Arteterapia gestáltica, arte em psicoterapia, supervisão em Arteterapia**. São Paulo: Summus, 2004. vol. 62. (Coleção Novas Buscas em Psicoterapia).
- MOLLER, C. R. **Clínica del arte**. 2. ed. Chile: Sociedad Atenea, 2005.

Capítulos de livros:

- ALLESSANDRINI, C. D. Prefácio. In: ARCURI, I. (Org.). **Arteterapia de corpo & alma**. São Paulo: Casa do Psicólogo, 2004. p. 13. (Coleção Arteterapia).
- FAGALI, E. Q. Encontros entre arteterapia e psicopedagogia: a relação dialógica terapeuta e cliente, educador e aprendiz. In: CIORNAI, S. (org.). **Percursos em arteterapia: arteterapia e educação, arteterapia e saúde**. São Paulo: Summus, 2005. Vol. 64. parte I, p.17-64.
- PHILIPPINI, A. Arteterapia e outras terapias expressivas no novo paradigma de atenção e saúde mental. In: - VALLADARES, A. C. A. (Org.) **Arteterapia no novo paradigma de atenção em saúde mental**. São Paulo: Vetor, 2004. cap.5, p. 87-105.

Periódicos

- ORMEZZANO, G. A vivência de B: um estudo de caso. **Arteterapia Rev. Imagens da Transformação**. Rio de Janeiro: Pomar, v. 11, n. 11, p. 165-175, set., 2004.

Tese/Dissertação/Monografia:

- BERNARDO, P. P. **A doce medicina: trabalhando a sabedoria da psique na criação de um conhecimento integrado ao autoconhecimento**. 2001. 0 p. Tese (Doutorado) Instituto de Psicologia-Área Psicologia Escolar e do Desenvolvimento Humano, Universidade de São Paulo, São Paulo.

Jornais

- SOUZA, H.; PEREIRA, J. L. P. O orçamento da criança. **Folha de São Paulo**, 02 de maio de 1995. Opinião, 1º Caderno. São Paulo, 1995.

Leis/portarias/resoluções

- BRASIL. Ministério da Saúde. Conselho Nacional de Saúde. **Resolução 196 de 10 de outubro de 1996**. Diretrizes e normas regulamentadoras da pesquisa envolvendo seres humanos. Brasília, 1996.

Obras em CD-ROM

- REISIN, A. Educación de la sensibilidad: sentidos y sin sentidos. In: CONGRESSO SUL AMERICANO DE CRIATIVIDADE, 4., Porto Alegre, 2005. **Anais**. Porto Alegre, 2005. CD-ROM

ARTETERAPIA
Cores da Vida
Ano 19 - Volume 30 - Número 1 - Janeiro – Junho - 2023

Internet

- VICTÓRIO, M. **A música como expressão simbólica (parte 3)** [online]. Disponível: http://webearte.net/musicaeterapia_marcia_expressaosimbolica3.htm [capturado em 18 out. 2005].

Observação: Todo texto extraído da internet possui um autor ainda que institucional.

Periódicos disponíveis por meio eletrônico

- URRUTIGARAY, M. C. Os problemas encontrados para a utilização da Arteterapia. **Rev. Científica de Arteterapia Cores da Vida** [online]. v.1, n.1, p. 23-27, 2005. Disponível em: https://www.abcaarteterapia.com/revista-cores-da-vida

- VALLADARES, A. C. A.; CARVALHO, A. M. P. El dibujo del hospital em la visión del arteterapia em los ingresos pediátricos. **Rev. Enfermería Global** [Revista Electrónica Semestral de Enfermeria]. Espanha: Universidad de Murcia, Área Clínica, v.9, n.9, 10 p. 00-00, nov. 2006. Disponível em: http://www.um.es/eglobal/

ARTETERAPIA
Cores da Vida
Ano 19 - Volume 30 - Número 1 - Janeiro – Junho - 2023

MODELO DE DECLARAÇÃO DE TRANSFERÊNCIA DE DIREITOS AUTORAIS

À Coordenação Editorial
Revista Científica de Arteterapia Cores da Vida

Modelo de Declaração de Transferência de Direitos Autorais

Os autores abaixo-assinados declaram que os direitos autorais referentes ao artigo "_____ (Título do artigo)" que será publicado, se tornarão propriedade exclusiva da Revista Científica de Arteterapia Cores da Vida. Do mesmo modo, assumem total responsabilidade pelas citações e referências bibliográficas utilizadas no texto, bem como sobre os aspectos éticos que envolvem os sujeitos do estudo.
Estamos cientes de que é vedada qualquer reprodução total ou parcial, em qualquer parte ou meio de divulgação, impressa ou eletrônica, sem que a prévia e necessária autorização seja solicitada e, se obtida, faremos constar o competente agradecimento à Revista Científica de Arteterapia Cores da Vida e os créditos correspondentes.

Autores:

_____ (assinatura do autor)
Nome completo do Autor 1

_____ (assinatura do autor)
Nome completo do Autor 2

_____ (assinatura do autor)
Nome completo do Autor 3

_____ (assinatura do autor)
Nome completo do Autor 4

Cidade, dia de mês de ano.

[1] Pseudônimo para preservar a identidade da cliente.
[2] Si – mesmo (Self), Carl Gustav Jung conceitua como, centro organizador da psique humana - Psicologia e Alquimia, 1991, p. 51.