



ARTETERAPIA Cores da Vida

Ano 17 - Volume 28 - Número 1 - Janeiro – Junho - 2021

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

..... 05
Arteterapia em diferentes formas e contextos
Ana Cláudia Afonso Valladares Torres (DF-Brasil)

RELATOS DE CASO/EXPERIÊNCIA

..... 06
1 – Arteterapia e maternidade: um estudo de caso com mães de adultos com Síndrome de Down
Roberto Ferreira da Silva e Karen Rosângela Silva de Souza Saviotti (MG-Brasil)

..... 16
2 – Simbologia Solar em um processo arteterapêutico
Marcelo Eugenio Soares Pereira (RS-Brasil)

..... 26
3 – Arteterapia online – relato de experiência em tempo de pandemia - Experimento Poético – Pílulas de Poesia
Kátia Brant (DF-Brasil)

ARTIGO DE REVISÃO

..... 42
4 - Terapia pela Dança: revisão integrativa da literatura
Deborah Figueira Ramos, Dreissy Cristine Gomes da Silva, Júlia Soares da Silva, Ana Cláudia Afonso Valladares-Torres e Diane Maria Scherer Kuhn Lago (DF-Brasil)

ARTIGOS DE ATUALIZAÇÃO OU DIVULGAÇÃO

..... 48
5 – Lançamento do livro: Arteterapia na saúde: da dor à criatividade
Ana Cláudia Afonso Valladares Torres (DF-Brasil)

..... 50
NORMAS PARA APRESENTAÇÃO DE TEXTOS A SEREM APRECIADOS PARA PUBLICAÇÃO

..... 53
MODELO DE DECLARAÇÃO DE TRANSFERÊNCIA DE DIREITOS AUTORAIS

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:

Prof^a Dra. Ana Cláudia Afonso Valladares Torres
Prof^a Ms. 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
Me.. Lara Nassar Scalise
Me. Regina Fiorezzi Chiesa
Dr. Sandro José da Silva Leite
Dr^a Selma Ciornai

AARJ (Rio de Janeiro)

Dr^a Ângela Philippini
Dr^a Graciela René Ormezzano
Me. 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.



Ano 17 - Volume 28 - Número 1 - Janeiro – Junho - 2021

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 Najjar

Conselho Fiscal

Cristiane Miguel Câmara
Regina Maria do Nascimento
Ivana Veiga Jardim



EDITORIAL

Arteterapia em diferentes formas e contextos

Nesta edição fizeram-se surgir três Relatos de Experiência desenvolvido com diferente público alvo, um artigo de Revisão e outro de Atualização ou Divulgação. O primeiro estudo: “Arteterapia e Maternidade” visou compreender como as expressões simbólicas de mães de adultos com Síndrome de Down, durante um processo de Arteterapia, o segundo trabalho: “Simbologia Solar” revelou a recorrência e relevância do símbolo solar na produção plástica de uma participante do estágio em Arteterapia. O terceiro relato: “Experimento Poético – Pílulas de Poesia” identificou o impacto de ler e escrever poesias. Já o artigo de Revisão Integrativa “Terapia pela Dança”, resgatou a aplicabilidade das intervenções que utilizam a dança como forma de terapia. E, finalmente, o Artigo de Atualização ou Divulgação expôs o lançamento de livro em Arteterapia intitulado: Arteterapia na saúde: da dor à criatividade. Boa leitura!

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

Art therapy in different forms and contexts

In this edition, three Experience Reports developed with different target audiences appeared, a Review article and an Update or Dissemination article. The first study: "Art Therapy and Maternity" aimed to understand how the symbolic expressions of mothers of adults with Down Syndrome, during an Art Therapy process, the second work: "Solar Symbology" revealed the recurrence and relevance of the solar symbol in the plastic production of a participant in the Art Therapy internship. The third report: "Poetic Experiment – Poetry Pills" identified the impact of reading and writing poetry. The Integrative Review article "Dance Therapy" rescued the applicability of interventions that use dance as a form of therapy. And, finally, the Update or Disclosure Article exposed the launch of a book on Art Therapy entitled: Art Therapy in Health: from pain to creativity. Good reading!

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

Arteterapia en diferentes formas y contextos

En esta edición aparecieron tres Reportes de Experiencia desarrollados con diferentes públicos objetivo, un artículo de Revisión y un artículo de Actualización o Difusión. El primer estudio: "Arteterapia y Maternidad" tuvo como objetivo comprender cómo las expresiones simbólicas de madres de adultos con Síndrome de Down, durante un proceso de Arteterapia, el segundo trabajo: "Simbología Solar" reveló la recurrencia y relevancia del símbolo solar en el producción plástica de un participante en la pasantía de Arteterapia. El tercer informe: "Experimento poético - Pastillas de poesía" identificó el impacto de leer y escribir poesía. El artículo de la Revista Integrativa "Terapia de la danza" rescató la aplicabilidad de las intervenciones que utilizan la danza como una forma de terapia. Y, finalmente, el artículo de Actualización o Divulgación expuso el lanzamiento de un libro sobre Arteterapia titulado: Arteterapia en la salud: del dolor a la creatividad. ¡Buena lectura!

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

RELATO DE EXPERIÊNCIA

1 – ARTETERAPIA E MATERNIDADE: UM ESTUDO DE CASO COM MÃES DE ADULTOS COM SÍNDROME DE DOWN

Roberto Ferreira da Silva¹
Karen Rosângela Silva de Souza Saviotti²

Resumo: Este estudo de caso tem como objetivo compreender como as expressões simbólicas de mães de adultos com Síndrome de Down, durante um processo de Arteterapia, podem contribuir para a ressignificação de sentimentos e para a ampliação de consciência das mesmas. O trabalho está fundamentado na Psicologia Analítica de Jung, cujo interesse é a penetração do mundo interno do homem, o confronto com as imagens que a energia psíquica aí configura a decifração das formas simbólicas. Foram selecionadas quatro técnicas artísticas para acessar o inconsciente individual das mães: a escrita criativa, a representação em um corpo simbólico, a construção de máscaras e a confecção de bonecos de luva. As expressões simbólicas oriundas das produções artísticas de ambas as mães fizeram emergir sentimentos como a decepção pelo tempo perdido (sonhos adiados), saudade de familiares, mas também sentimentos como o desejo de mudança e de uma vida saudável e feliz. As técnicas utilizadas conseguiram acessar o inconsciente individual ressignificando sentimentos que remetiam a tristezas e frustrações e valorizando as conquistas internas de ambas as mães, fortalecendo as suas perspectivas de viver. Durante o processo de Arteterapia, as duas participantes ampliaram a consciência sobre a possibilidade de disponibilizarem um tempo para cuidar de si mesmas e afirmaram a sua importância enquanto mulheres, para além do papel de mães de pessoas com Síndrome de Down.

Palavras chave: Arteterapia; Síndrome de Down; Maternidade.

Art therapy and maternity: a case study with mothers of adults with Down Syndrome

Abstract: This case study aims to understand how the symbolic expressions of mothers of adults with Down Syndrome, during an Art Therapy process, can contribute to the reframing of feelings and to the expansion of self-awareness. The work is based on Jung's Analytical Psychology, whose interest is the penetration into man's internal world, the confrontation with the images that the psychic energy configures in deciphering symbolic forms. Four artistic techniques were selected to access the mothers' individual unconscious: creative writing, representation in a symbolic body, the construction of masks and the production of glove dolls. Symbolic expressions arising from the artistic productions of both mothers brought up feelings such as disappointment for lost time (postponed dreams), longing for family members, but also feelings like the desire for change and a healthy and happy life. The techniques used were able to access the individual unconscious by reframing feelings that referred to sadness and frustration and valuing the internal achievements of both mothers, strengthening their prospects for living. During the Art Therapy process, the two participants increased their awareness around the possibility of taking time to take care of themselves and affirmed their importance as women, in addition to the role of mothers of people with Down Syndrome.

Keywords: Art therapy; Down Syndrome; Maternity.

Arteterapia y maternidad: un estudio de caso con madres de adultos con Síndrome de Down

Resumen: Este estudio de caso tiene como objetivo comprender como las expresiones simbólicas de madres de adultos con síndrome de Down, durante un proceso de Arteterapia, pudieron contribuir a la reasignación de sentimientos y a la expansión de su conciencia. El trabajo se basa en la Psicología Analítica de Jung, cuyo interés es la penetración en el mundo interno del hombre, la confrontación con las imágenes que configura la energía

¹Bonequeiro, Pedagogo, Arteterapeuta. R. Triunfo, 200 - Miramar (Barreiro), Belo Horizonte - MG, 30644-110
Contato: robertoatbo@gmail.com

²Psicóloga, Arteterapeuta, Mestre em Ciências - Orientadora. R. Equador, 35 - São Pedro Belo Horizonte - MG
30330-390 Contato: karen@integarte.com.br

psíquica en el desciframiento de formas simbólicas. Se seleccionaron cuatro técnicas artísticas para acceder al inconsciente individual de las madres: escritura creativa, representación en un cuerpo simbólico, construcción de máscaras y fabricación de muñecas con guantes. Las expresiones simbólicas que surgen de las producciones artísticas de ambas madres dieron lugar a sentimientos como la desilusión por el tiempo perdido (sueños pospuestos), el anhelo de los miembros de la familia, pero también sentimientos como el deseo de cambio y una vida sana y feliz. Las técnicas utilizadas fueron capaces de acceder al inconsciente individual reformulando los sentimientos que se referían a la tristeza y la frustración y valorando los logros internos de ambas madres, fortaleciendo sus perspectivas de vida. Durante el proceso de Arteterapia, las dos participantes aumentaron su conciencia sobre la posibilidad de tomarse el tiempo para cuidarse a sí mismas y afirmaron su importancia como mujeres, además del papel de madres de personas con síndrome de Down.

Palabras clave: Arteterapia; Síndrome de Down; Maternidad.

Introdução

Atender as demandas de um filho com deficiência é um processo difícil para mães e pais e pode gerar vivências emocionais positivas ou negativas momentâneas ou por toda uma vida (OLIVEIRA; POLETTTO, 2015).

Essas mães passaram pelas fases do diagnóstico de seus filhos ao nascerem, a aceitação do filho não idealizado, a adaptação no contexto familiar, o enfrentamento da inclusão escolar e a adaptação em diversos espaços sociais. Como consequência, muitas mães percebem que passaram um longo período de suas vidas cuidando de seus filhos e destinando pouco tempo para cuidarem de si mesmas.

Há poucas investigações sobre as dificuldades enfrentadas por mães de pessoas com deficiência (LUZA, CECCHETO e SILVA, 2011). Estudos dessa natureza são importantes para aumentar a compreensão das vivências e sentimentos dessas mães e para apontar possibilidades terapêuticas que fortalecem a autoestima e o equilíbrio emocional das mesmas.

A Arteterapia tem se mostrado uma área promissora nesse contexto por possibilitar expressões da subjetividade humana e o acesso aos conteúdos emocionais, por meio da arte. O presente trabalho está fundamentado na Arteterapia junguiana, segundo a qual a função da atividade artística é mediar a produção de símbolos do inconsciente (REIS, 2014). No âmbito da Psicologia Analítica de Jung, o símbolo é a melhor expressão possível de algo que não se conhece, pois, através de imagens, experiências e vivências, aspectos conscientes e inconscientes podem ser revelados (SERBENA, 2010).

O objetivo do trabalho é compreender como expressões simbólicas de mães de adultos com Síndrome de Down, por meio do processo de Arteterapia, podem contribuir para a resignificação de sentimentos e para a ampliação de consciência dessas mães.

A Síndrome de Down e a família

A síndrome de Down (SD) - ou Trissomia do 21 - é a condição humana geneticamente determinada mais comum e foi descrita em 1866 por John Langdon Down, um pediatra inglês do hospital John Hopkins em Londres (COELHO, 2016). Apesar de Langdon Down ter descrito clinicamente a síndrome, ele cometeu um grande erro ao estabelecer as associações com caracteres étnicos. Seguindo a tendência da época, ele chamou a síndrome de Idiotia Mongolóide (MOREIRA; EL-HANI; GUSMÃO, 2000).

Entre o período de 1866 e 1959 a Síndrome de Down teve várias denominações com um alto grau pejorativo. Foi a partir de 1965 que a Organização Mundial da Saúde (OMS) passou a utilizar o termo Síndrome de Down (SILVA; DESSEN, 2002).

Segundo Araújo, Scartezini e Krebs (2007), o atraso no desenvolvimento motor da criança com Síndrome de Down resulta de uma grande diversidade de fatores, desde a alteração genética até as dificuldades de integração perceptiva, cognitiva e proprioceptiva.

Moreira, Hani e Gusmão (2000) consideram os avanços da neurobiologia da SD e destacam que a OMS enfatiza a importância de realizar procedimentos de intervenção precoce no desenvolvimento de crianças com SD e outras deficiências. O atendimento realizado por uma equipe interdisciplinar em um ambiente lúdico contribui para que vários aspectos do desenvolvimento sejam alcançados, e a participação da família nesse processo é de extrema importância (MATTOS; BELLANI, 2010).

Silva (2016) apresentou uma metodologia de estimulação visual, auditiva, tátil e a percepção espaço-temporal utilizando bonecos. A dinâmica foi concebida para ser executada em conjunto com os membros da família.

As Diretrizes de atenção à pessoa com SD publicadas pelo Ministério da Saúde (BRASIL, 2012) contribuíram para a normatização de programas educacionais com vistas à escolarização, ao futuro profissional, à autonomia e à qualidade de vida das pessoas com Síndrome de Down. Outro aspecto considerado no mesmo documento é que a sociedade entenda a importância de valorizar a diversidade humana possibilitando que pessoas com deficiência exerçam seus direitos de conviver em sociedade (BRASIL, 2012).

No entanto, para Voivodic e Sterer (2002), a sociedade apresenta dificuldade para conviver com as diferenças, isolando, na maioria das vezes, a pessoa com deficiência, pois cada um de nós carrega ideias preconcebidas, o que influenciará nas atitudes e na interação. São muitas as ocorrências nas quais a sociedade mostra sua insensibilidade, falta de conhecimento, rejeição e preconceito em relação à deficiência, necessitando um amplo e contínuo esclarecimento em relação às pessoas com SD para que mudanças de comportamento possam fortalecer as famílias e proporcioná-las melhores condições de interação.

A família exerce um papel preponderante na inserção e adaptação da criança com deficiência mental no contexto sócio cultural (SILVA; DESSEN, 2002).

Para Cunha, Assis e Fiamenghi (2010), a chegada de uma criança com deficiência na família pode gerar situações complexas em função da falta de preparo e de informações adequadas para lidar com os sentimentos que surgirão nesse momento.

Para algumas famílias, o nascimento de uma criança com deficiência pode representar desespero, confusão e medo. No entanto, é nessa fase que os pais serão fundamentais para ajudar seus filhos a desenvolverem a confiança básica. É nos primeiros meses de vida que os pais necessitam ser informados a respeito de sua responsabilidade e de suas ações. É nesse período que a terapia para as crianças e seus pais deve começar (BUSCAGLIA, 2006).

A mãe especial e suas necessidades

Para promover o ajuste familiar à nova situação, é fundamental o apoio de profissionais capacitados com uma postura ética e humana que orientem o núcleo familiar visando as possibilidades de tratamento relacionadas à saúde física, mental e afetiva da criança (BRASIL, 2012).

Além da sobrecarga adicional dos cuidados da família com a criança, a depressão e o ajustamento psicológico são aspectos importantes dos pais visto que seus efeitos têm repercussões na dinâmica familiar. O microsistema família é onde as interações para o desenvolvimento da criança terão implicações mais significativas, embora outros sistemas sociais como escola e local de trabalho dos pais também contribuam para o desenvolvimento (SILVA; DESSEN, 2006).

Nunes e Dupas (2011) apresentaram um estudo com crianças com SD em idade pré-escolar e escolar. Segundo as pesquisadoras, a família impõe para si a necessidade de aprender mais para contribuir para a evolução da criança, criando expectativas quanto ao seu futuro. Por não ter a certeza se a criança será autossuficiente, os responsáveis pela criança buscam no próprio grupo familiar pessoas que, na falta dos pais, poderão ampará-la.

Buzatto e Beresin (2008) avaliaram a qualidade de vida de trinta pais de crianças que frequentavam uma instituição especializada. A maioria avaliou a própria qualidade de vida como “boa” e afirmou que o envolvimento nos cuidados e educação dos filhos traz uma satisfação que influencia a qualidade de vida deles.

Couto, Tachibana e Vaisberg (2007) realizaram uma pesquisa com quatro mães que tiveram um sentimento da perda do filho idealizado e demonstraram preocupação que, caso morressem antes de seus filhos, não haveria ninguém para cuidar deles.

Em um estudo similar, Luza, Cecchetto e Silva (2011) relataram as dificuldades de mães que tinham que dedicar a maior parte de seu tempo para cuidar de seus filhos, inclusive deixando suas vidas profissionais. As participantes narraram o preconceito e piedade despertados pelos filhos, e o temor da relação desses com a sociedade. Assim, surgem as reações de superproteção materna. As pesquisadoras concluíram que se é desespero que prevalece na revelação do diagnóstico, com o passar do tempo surge o conformismo e a superação da crise, chegando enfim a uma visão do filho real e não do filho idealizado.

Sigaud e Reis (1999), analisaram o comportamento de nove mães de crianças entre 6 e 12 anos. Embora as mães afirmassem não esperar um tratamento diferenciado para seus filhos, elas apresentaram um comportamento superprotetor.

Smeha e Oliveira (2014) realizaram uma pesquisa com cinco mães que, ao tentarem incluir seus filhos na escola, perceberam as dificuldades dentro do contexto da escola inclusiva. Elas compreenderam que a diferença é vista como algo indesejável e a idealização das escolas foi desfeita, gerando frustração, tristeza e desânimo. No estudo, elas apontaram a necessidade de um professor(a) auxiliar, visto que o profissional titular sozinho teria que priorizar a aprendizagem da maioria dos alunos. A eficácia da inclusão nas escolas foi uma das necessidades manifestada por essas mães.

Ainda no âmbito escolar, Macedo e Martins (2004) relataram uma pesquisa realizada em sete escolas regulares, onde as mães não quiseram privar as crianças de vivências comuns e de uma participação social mais efetiva. Para os pesquisadores, o processo de inclusão, mesmo com dificuldades, vem promovendo mudanças significativas no desenvolvimento de seus filhos.

Em sua dissertação, Rocha Júnior (2010) mostrou a necessidade de se conhecer a percepção de bem-estar e qualidade de vida das mães, já que são as principais cuidadoras e coordenadoras de todas as atividades do núcleo familiar, visando estratégias mais efetivas para a saúde delas.

Estimular o crescimento interior, abrir novos horizontes e ampliar a própria consciência é a finalidade da Arteterapia. A estética não é o foco, mas sim a expressão simbólica liberada de forma espontânea, por meio das técnicas de pintura, modelagem, desenhos, criação de personagens, dentre outras em atendimentos individuais ou em conjunto com outros profissionais em demandas que incluem a saúde mental, reabilitação, programas comunitários, escolas, dentre outras (UBAAT, 2019).

Santos (2014) apresentou um trabalho de terapia com artes plásticas desenvolvido para crianças com SD visando estimular o processo criativo. Ele concluiu que apesar do ritmo mais lento para a aprendizagem, as crianças são dotadas de grande sensibilidade e de um poder de expressão eficaz.

Silva (2016) relatou em seu livro uma metodologia de intervenção pedagógica. Utilizando elementos do teatro de bonecos para referenciar a diversidade e estimular a psicomotricidade, a equipe de intervenção teve presença participativa das mães no processo e constatou que os resultados alcançados por seus filhos ao atuarem no palco refletiu na relação familiar e provocou nas mães um sentimento de orgulho.

Arteterapia e Maternidade: uma experiência desenvolvida no Teatro de Bonecos Origens

Para Zimerman & Osorio (1997), trabalhar com grupos, utilizando a modalidade grupal terapêutica, estabelece uma relação entre o profissional e o grupo que percorrem o processo terapêutico de forma coletiva até o momento que os integrantes desse grupo sintam o momento de caminharem sozinhos. Essa foi a metodologia utilizada no processo de Arteterapia destinado a duas mães que tinham filhos com síndrome de Down adultos. Essas mães serão identificadas por meio dos pseudônimos Drinha e Helô.

Foram realizadas trinta e quatro sessões de duas horas diárias na sede do Teatro de Bonecos Origens, em Belo Horizonte, Minas Gerais, entre fevereiro e dezembro de 2019. Nesse trabalho, serão apresentadas as expressões artísticas desenvolvidas nas 1ª, 4ª, 17ª e 23ª sessões. A escrita criativa foi a sessão que deu início ao processo de Arteterapia das mães. Inicialmente, elas foram convidadas a sentarem em cadeiras, em uma posição confortável. Foi introduzida no ambiente uma música instrumental com sons da natureza. Em seguida foi formulada a seguinte frase que norteou o início do processo: “Quem sou eu?”. Após um breve período de meditação, foi solicitado que fizessem uma escrita criativa (Figura 1) e posteriormente uma moldura simbolizando um quadro para destacar o texto que haviam produzido. Após terminarem as expressões simbólicas, foi proposto um momento de partilha em que as mães comentaram sobre as produções que elaboraram. Drinha se definiu como uma pessoa que teve grandes sonhos que foram adiados. Ela queria ter a coragem de pensar um pouco mais em si mesma. Helô descreveu que gosta muito de estar com a família e amigos, porém, relata que tem um grande vazio: ela tinha pai, mãe e três irmãos, e agora está só.



Fig. 1 – Escrita criativa das mães

(Produção da Helô à esquerda, da Drinha à direita)

Na 4ª sessão, foi utilizada a técnica de colagem de figuras de revistas e papel crepom em um corpo simbólico representado por um desenho do corpo das participantes em um papel Kraft. Foi formulada a seguinte pergunta para reflexão: “Como o meu corpo deve estar para que eu possa ser uma pessoa mais saudável?”. Inicialmente, Helô fez o contorno do corpo de Drinha, que optou para ser desenhada olhando para cima. Posteriormente, Drinha desenhou o contorno do corpo de Helô, que optou para ser desenhada de lado (Figura 2). Com os contornos prontos, as mães iniciaram a colagem das revistas no corpo simbólico. Drinha usou figuras de uma estrada, consulta médica, alimentação saudável, mulheres bem cuidadas e felizes, exercícios físicos. Helô usou imagens de pessoas felizes na praia, bolos, corpo saudável e várias expressões como: “você é bonita demais”, “Saúde” e “Viva”. Essa modalidade terapêutica possibilitou a transferência do corpo anatômico das participantes para uma representação simbólica ampliando a possibilidade de as mães enxergarem os seus resultados.



Fig. 2 – Representação em um corpo simbólico **Erro! Indicador não definido.**
 (Produção da Drinha à esquerda, da Helô à direita)

Na 17ª sessão, a técnica artística utilizada foi a construção de máscaras. O objetivo foi promover a estimulação facial através do toque e possibilitar a construção de um personagem que emergiria do inconsciente individual e que possibilitaria a ampliação da consciência. Segundo Amaral (2001) a máscara provoca transformações imediatas e, com ela, a pessoa deixa as características de sua individualidade e assume as de um personagem. Podem ser classificadas por sua forma, pelo material que foram confeccionadas ou pelo tamanho. Nesse processo de Arteterapia, foi proposta a construção de meia máscara cobrindo apenas a parte superior do rosto para que, durante a performance com as máscaras, as mães pudessem expressar sentimentos com a boca (alegria, raiva, tristeza etc).

Para a construção das máscaras, foram utilizados ataduras gessadas, adereços e tinta. O processo foi concluído em duas sessões. Na primeira, foram passadas as informações preliminares de que uma mãe moldaria a máscara no rosto da outra. Helô optou por ser a primeira a ficar deitada e ter o rosto moldado por Drinha. Uma música instrumental foi inserida no ambiente e foi solicitado que Helô fechasse os olhos e relaxasse. Sem que Helô percebesse, foi solicitado a Drinha que antes de começar a modelagem, ela deveria promover uma estimulação facial utilizando as mãos e cremes aromatizados. Após um breve período, ela iniciou a modelagem da máscara no rosto de Helô. Após a conclusão da modelagem a máscara foi retirada do rosto de Helô. Em seguida,

Drinha se deitou e todas as fases do processo se repetiram com Helô modelando a máscara no rosto de Drinha. Em seguida, cada mãe revestiu a sua máscara com papel kraft finalizando essa etapa.

Foi proposta uma escrita criativa a partir da seguinte pergunta: “O que estou sentindo ao construir a minha máscara?”. Drinha relatou que, até aquele momento da confecção, teve a sensação de se ver por dentro e por fora, de ver a própria alma, o seu inconsciente e ter podido enxergar o que não tinha visto antes, se conhecer melhor.

Helô falou que foi uma sensação muito boa, na parte em que teve o rosto acariciado e que se sentiu como se estivesse em um Spa. Na sessão seguinte, as participantes pintaram as máscaras com tinta branca, fizeram os detalhes com outras cores de tinta e acrescentaram lantejoulas e penas como adereços (Figura 3).

Novamente foi solicitada uma escrita criativa, mas agora com as seguintes perguntas: “Quem é o personagem que acabei de construir?”, “O que ele quer falar comigo?”. Helô respondeu que o seu personagem era o Pierrô³, que tinha um lado triste e outro alegre. Ela saudou o Pierrô cuja mensagem era de perseverança e de que ela não estava sozinha. Drinha relatou que é uma personagem elegante, e que ainda havia tempo para realizar os sonhos. “Ela não tinha que pagar o preço das decisões alheias”.



Fig. 3 – Confecção de máscaras
 (Produção da Drinha à esquerda, da Helô à direita)

Segundo Duchastel (2010), o boneco pode representar o que está em nossa psique, mas que não consideramos como nós próprios, ou seja, revelar particularidades presentes em nosso inconsciente individual e que precisam ser expressas. Foi dentro dessa perspectiva que, a partir da 23^a até a 29^a sessão, foi utilizada a construção e encenação de bonecos de luva (Figura 4) para explorar o arquétipo da mulher selvagem. O conto ‘La loba’⁴ foi o escolhido em função de ter sido observado que as duas mães necessitavam ampliar as suas consciências para fortalecer a autoestima e potencializar sentimentos de autonomia.

Durante a construção dos bonecos, símbolos ligados ao conto como a caverna, representando o inconsciente individual; o juntar ossos, sugerindo uma necessidade de reconstruir sentimentos que sofreram agressões ou frustrações, foram incorporados na confecção da luva e do figurino do boneco.

Estés (2018) registrou no conto ‘La Loba’ o que as mulheres devem procurar: a indestrutível força da vida representada nos ossos. Essa força foi representada através de botões que foram costurados na parte interna dos figurinos dos bonecos. Na técnica apresentada, os figurinos representavam a psique feminina. Nas luvas, simbolizando a alma humana, foram colados pedaços de EVA com palavras que representaram sentimentos que precisavam ser juntados (Figura 5).

³ Pierrô é um personagem ingênuo e sentimental criado pela comédia italiana e transportado para o teatro francês, onde se fixou na pantomima; sua roupa, muito larga, é enfeitada com pompons e tem gola grande e franzida.

⁴ *La loba* é um conto registrado no livro *Mulheres que correm com os lobos*, de Clarissa Pinkola Estés (2018). Faz uma abordagem a cerca do arquétipo da mulher selvagem presente na psique feminina. Segundo Grinberg (2017, p. 222), arquétipo é um conceito criado a partir da observação de temas típicos bem definidos presentes no mitos e na literatura universal que se repetem nos sonhos, imagens, fantasias, delírios de todos os indivíduos.

Com os bonecos prontos, a sessão seguinte proporcionou uma vivência onde as mães dançaram com os seus bonecos, falando em voz alta os sentimentos que estavam no figurino. Drinha, por exemplo, gritou palavras como Paz, Amor, Sabedoria. Já Helô pronunciou expressões como Maturidade, Vontade de viver e Esperança.

Esse dançar com os bonecos simbolizou o cantar sobre os ossos, uma representação da restauração de sentimentos que necessitavam ser fortalecidos.



Fig. 4 – Construção de bonecos de luva
(Produção da Drinha à esquerda, da Helô à direita)



Fig. 5 – Construção de bonecos de luva
(Produção da Drinha à esquerda, da Helô à direita)

Considerações Finais

Esse relato de experiência apresentou parte do processo de Arteterapia desenvolvido com duas mães de adultos com Síndrome de Down. Foram selecionadas quatro técnicas artísticas que evidenciaram expressões simbólicas relevantes para a ressignificação de sentimentos e de anseios pessoais.

Durante a Arteterapia, as mães Drinha e Helô puderam ampliar a consciência sobre a possibilidade de disponibilizarem um tempo para cuidar de si mesmas e afirmaram a sua importância enquanto mulheres, para além do papel de mães de pessoas com Síndrome de Down.

Os diferentes momentos de escrita criativa, o processo de reflexão sobre o corpo simbólico e sobre as imagens representadas nele por meio de colagens, a confecção de máscaras e de bonecos de luva proporcionaram a expressão da subjetividade das mães e a ampliação da consciência acerca de suas experiências internas.

Para Jung, a criatividade artística é uma função psíquica natural e estruturante, cuja capacidade terapêutica está no processo de dar forma, de transformar conteúdos inconscientes em imagens simbólicas (REIS, 2014). As participantes da pesquisa demonstraram por meio de suas produções que os conteúdos inconscientes de mães de adultos com Síndrome de Down estão permeados de sentimentos como a decepção pelo tempo perdido (sonhos adiados), saudade de familiares, mas também de desejo de mudança, de uma vida saudável e feliz. Elas conseguiram acessar o inconsciente individual, ressignificar sentimentos que remetiam a tristezas e frustrações e valorizar as conquistas internas, fortalecendo dessa forma, as perspectivas de viver.

É importante salientar que a Arteterapia desenvolvida com as mães Drinha e Helô não foi desenvolvida em uma clínica de saúde e sim em espaço cultural: o Teatro de Bonecos Origens. A apropriação do espaço durante as sessões certamente contribuiu para que as mães se sentissem à vontade para expressar suas emoções e para se sentirem protagonistas do seu processo arteterapêutico.

Para fazermos colocações mais consistentes sobre a relação entre expressões simbólicas de mães de adultos com Síndrome de Down, durante um processo de Arteterapia, e a ressignificação de sentimentos faz-se necessário aplicar as técnicas utilizadas nesse trabalho a novos grupos de mães. Um caminho possível de acesso a elas são Organizações Não Governamentais especializadas em saúde da população com Síndrome de Down.

Referências

AMARAL, A. M. **O Ator e seus duplos**: máscaras, bonecos, objetos. Editora da Universidade de São Paulo: Senac/EDUSP, 2001.

ARAÚJO, A. G. S.; SCARTEZINI, C. M.; KREBS, R. J. Análise da marcha em crianças portadoras de Síndrome de Down e crianças normais com idade de 2 a 5 anos. **Fisioterapia em Movimento**, v. 20, n. 3, p. 79-85, jul./set., 2007. Disponível em: <<https://periodicos.pucpr.br/index.php/fisio/article/view/18923>>. Acesso em: 06 set. 2018.

BRASIL. Ministério da Saúde. **Diretrizes de atenção à pessoa com Síndrome de Down**. 2012. Disponível em: <http://bvsms.saude.gov.br/bvs/publicacoes/diretrizes_atencao_pessoa_sindrome_down.pdf> Acesso em: 05 jan. 2019.

BUZATTO, L.; BERESIN, R. Qualidade de vida dos pais de crianças portadoras da síndrome de Down. **Einstein** (São Paulo), v. 6, n. 2, p. 175-181, 2008. Disponível em: <<http://apps.einstein.br/revista/arquivos/PDF/855-Einstein%20v6n2%20p175-81.pdf>>. Acesso em: 15 mar. 2018.

BUSCAGLIA, L. F. **Os deficientes e seus pais: um desafio ao aconselhamento**. 5 ed. Rio de Janeiro: Record, 2006. Tradução de Raquel Mendes.

CHEVALIER, J.; GHEERBRANT, A. **Dicionário de símbolos: mitos, sonhos, costumes, gestos, formas, figuras, cores, números**. 1997. Trad. Vera Costa e Silva et al. 33. ed. Rio de Janeiro: J. Olympio.

COELHO, C. A Síndrome de Down. **Psicologia.pt**. 2016. Disponível em: <<https://www.psicologia.pt/artigos/textos/A0963.pdf>> Acesso em: 01 ago. 2019.

COUTO, T. H. A. M.; TACHIBANA, M.; AIELLO-VAISBERG, T. M. J. A mãe, o filho e a síndrome de Down. **Paidéia**, Ribeirão Preto, v.17, n.37, p.265-272, ago. 2007. Disponível em: <http://www.scielo.br/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0103-863X2007000200010&lng=en&nrm=iso>. Acesso em: 20 set. 2018.

CUNHA, A. M. F. V.; BLASCOVI-ASSIS, S. M.; FIAMENGI JR, G. A. Impacto da notícia da Síndrome de Down para os pais: histórias de vida. **Ciênc. saúde coletiva**, Rio de Janeiro, v.15, n.2, p.445-451, mar. 2010. Disponível em: <http://www.scielo.br/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1413-81232010000200021&lng=en&nrm=iso>. Acesso em: 06 out. 2018.

DUCHASTEL, A. **O caminho do imaginário: o processo de Arte-terapia**. São Paulo: Editora Paulus, 2010.

ESTÉS, C. P. **Mulheres que correm com os lobos**. Rio de Janeiro: Editora Rocco. 2018.

GRINBERG L. P. **Jung o homem criativo**. Editora Edgard Blucher, 2017.

LUZA, A.; CECCHETTO, F.; SILVA, E. Feelings and difficulties faced by mothers of children with special needs. **Revista de Enfermagem. UFPE online**. v.5, n.6, p.1397-1402, jul. 2011. Disponível em: <<https://periodicos.ufpe.br/revistas/revistaenfermagem/article/view/6808>>. Acesso em: 10 nov. 2018.

MACEDO, B. C.; MARTINS, L. A. R. Visão de mães sobre o processo educativo dos filhos com Síndrome de Down. **Educ. rev. Curitiba**. n.23, p.143-159, jun. 2004. Disponível em: <http://www.scielo.br/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0104-40602004000100010&lng=en&nrm=iso>. Acesso em: 10 Set. 2019.

MATTOS, B. M.; BELLANI, C. D. F. A importância da estimulação precoce em bebês portadores de síndrome de Down: revisão da literatura. **Revista Brasileira de Terapias e Saúde**. v.1, n.1, p.51-63, 2010. Disponível em: <<http://omnipax.com.br/RBTS/artigos/v1n1/RBTS-1-1-5.pdf>> Acesso em: 15 ago. 2019.

MOREIRA, L. M. A.; EL-HANI, C. N; GUSMAO, F. A. F. A Síndrome de Down e sua patogênese: considerações sobre o determinismo genético. **Rev. Bras. Psiquiatria**, São Paulo, v.22, n.2, p.96-99, jun. 2000. Disponível em: <http://www.scielo.br/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1516-44462000000200011&lng=en&nrm=iso>. Acesso em: 05 set. 2019.

NUNES, M. D. R.; DUPAS, G. Independência da criança com Síndrome de Down: a experiência da família. **Rev. Latino-Am. Enfermagem**, Ribeirão Preto, v.19, n.4, p.985-993, ago. 2011. Disponível em: <http://www.scielo.br/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0104-11692011000400018&lng=pt&nrm=iso>. Acesso em: 16 set. 2018.

OLIVEIRA, I. G.; POLETTO, M. Vivências emocionais de mães e pais de filhos com deficiência. **Rev. SPAGESP**, Ribeirão Preto, v.16, n.2, p.102-119, 2015. Disponível em: <http://pepsic.bvsalud.org/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1677-29702015000200009&lng=pt&nrm=iso>. Acesso em: 07 set. 2019.

REIS, A. C. Arteterapia: a arte como instrumento no trabalho do Psicólogo. **Psicologia: Ciência e Profissão**, v. 34, n.1, p.142-157, 2014.

ROCHA JÚNIOR, L. D. de U. **Qualidade de vida relacionada à saúde em mães de crianças e adolescentes portadores de síndrome de Down**. 2010. 85f. Dissertação (Mestrado em Ciências da Saúde) - Universidade Federal de Uberlândia, Uberlândia, 2010.

SANTOS, E. A. M. **Arteterapia: auxiliando o processo criativo de crianças com Síndrome de Down**. 2014. Monografia (Especialização em Arteterapia) – POMAR/SPEI.

SERBENA, A. C. Considerações sobre o inconsciente: Mito, símbolo e arquétipo na psicologia Junguiana. **Revista da Abordagem Gestáltica**, v.16, n.1, p.76-82, jan-jul., 2010.

SIGAUD, C.; REIS, A. A. A representação social da mãe acerca da criança com síndrome de Down. **Revista da Escola de Enfermagem da USP**. v.33, p.148-156, jun. 1999. Disponível em: <https://www.researchgate.net/publication/262496916_The_mother's_representation_of_the_child_with_down_syndrome/fulltext/0396e01c0cf24b7e6f570fba/The-mothers-representation-of-the-child-with-down-syndrome.pdf>. Acesso em: 10 mar 2019.

SILVA, N. L. P.; DESSEN, M. A. Síndrome de Down: etiologia, caracterização e impacto na família. **Interação em Psicologia**, Curitiba, dez. 2002. ISSN 1981-8076. Disponível em: <<https://revistas.ufpr.br/psicologia/article/view/3304>>. Acesso em: 05 mar. 2019.

_____. Famílias de crianças com síndrome de Down: sentimentos, modos de vida e estresse parental. **Interação em Psicologia**, Curitiba, dez. 2006. ISSN 1981-8076. Disponível em: <<https://revistas.ufpr.br/psicologia/article/view/7675>>. Acesso em: 06 jun. 2018.



SILVA, R. F. **Boneco Especial, Arte terapia e inovação social**. Belo Horizonte: Nandyala, 2016.

SMEHA, L. N.; OLIVEIRA, V. L. P. de. Inclusão escolar: a perspectiva das mães de alunos com Síndrome de Down. **Revista Educação Especial**, Santa Maria, p.403-416, jun. 2014. Disponível em: <<https://periodicos.ufsm.br/educacaoespecial/article/view/5908>>. Acesso em: 06 fev. 2019.

UBAAT. **União Brasileira de Associações de Arteterapia**. Disponível em: <<https://www.ubaatbrasil.com/>>. Acesso em: 19 ago. 2019.

VOIVODIC, M. A. M. A.; STORER, M. R. S. O desenvolvimento cognitivo das crianças com síndrome de Down à luz das relações familiares. **Psicol. teor. prat.**, São Paulo, v.4, n.2, p.31-40, 2002. Disponível em: <http://pepsic.bvsalud.org/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1516-36872002000200004&lng=pt&nrm=iso>. Acesso em: 06 out. 2018.

ZIMERMAN, D. E.; OSORIO L. C. **Como trabalhamos com grupos**. Editora Artmed, 1997.

Recebido em: 27/09/2020

Aceito em: 07/10/2020

Publicado em: 11/2021

2- SIMBOLOGIA SOLAR EM UM PROCESSO ARTETERAPÊUTICO

Marcelo Eugenio Soares Pereira⁵

Resumo: Este artigo investiga a recorrência e relevância do símbolo solar na produção plástica de uma participante do estágio em Arteterapia. A metodologia, de ordem qualitativa, do tipo descritiva e exploratória, possui por principal ação a análise de quatro desenhos criados pela participante, bem como uma compreensão desses conteúdos à luz da Psicologia Analítica de Jung (2017; 2018). Para uma maior aproximação com as imagens produzidas, evidencia-se o caráter plural dos símbolos de acordo com Furth (2014); Tommasi (2005) e Witmont (2004) e investigam-se alguns dos aspectos simbólicos do Sol em diferentes contextos culturais e históricos nas perspectivas de Campbell (2001); Eliade (2008); Nichols (2007) e Chevalier e Gheerbrant (2017). É explorada a hipótese de que os símbolos constituem-se como manifestações inconscientes que, ao serem explorados em criações artísticas, tornam-se conscientes e, com isso, desempenham um importante papel na integração e equilíbrio dos conteúdos psíquicos.

Palavras-chaves: Arteterapia; Desenho; Símbolo; Sol; Psicologia Analítica.

Solar symbology in an art therapy process

Abstract: This paper investigates the recurrence and relevance of the solar symbol in the plastic production of a participant in the Art Therapy internship. The qualitative methodology, of the descriptive and exploratory type, has as main action the analysis of four drawings created by the participant, as well as an understanding of these contents in the light of Jung's Analytical Psychology (2017; 2018). For a greater approximation with the images produced, the plural character of the symbols is evident according to Furth (2014); Tommasi (2005) and Witmont (2004) and investigates some of the symbolic aspects of the Sun in different cultural and historical contexts in the perspectives of Campbell (2001); Eliade (2008); Nichols (2007) and Chevalier and Gheerbrant (2017). The hypothesis is explored that symbols are constituted as unconscious manifestations that, when explored in artistic creations, become conscious and, with this, play an important role in the integration and balance of psychic contents.

Keywords: Art therapy; Drawing; Symbol; Sun; Analytical Psychology.

Simbología solar en un proceso arteterapéutico

Resumen: Este artículo investiga la recurrencia y relevancia del símbolo solar en la producción plástica de una participante en la pasantía de Arteterapia. La metodología cualitativa, de tipo descriptiva y exploratoria, tiene como acción principal el análisis de cuatro dibujos elaborados por la participante, así como la comprensión de estos contenidos a la luz de la Psicología Analítica de Jung (2017; 2018). Para una mayor aproximación con las imágenes producidas, se evidencia el carácter plural de los símbolos según Furth (2014); Tommasi (2005) y Witmont (2004) e investiga algunos de los aspectos simbólicos del Sol en diferentes contextos culturales e históricos en las perspectivas de Campbell (2001); Eliade (2008); Nichols (2007) y Chevalier y Gheerbrant (2017). Se explora la hipótesis de que los símbolos se constituyen como manifestaciones inconscientes que, al ser exploradas en creaciones artísticas, se vuelven conscientes y, con ello, juegan un papel importante en la integración y equilibrio de los contenidos psíquicos.

Palabras clave: Arteterapia; Dibujo; Símbolo; Sol; Psicología Analítica.

Introdução

Uma profusão de símbolos marcou nosso período de estágio em Arteterapia, cada um deles com uma riqueza e complexidade ímpares. Após o término do estágio, ao observarmos o conjunto dessa produção simbólica, despertou nossa atenção à recorrência de alguns desses símbolos e, em virtude disso, elencamos um deles como o recorte a ser investigado nesse estudo. Desse modo, o tema do presente artigo é o Sol, símbolo

⁵ Mestre em Artes Visuais pela Universidade Federal do Rio Grande do Sul (UFRGS), Especialista em Arteterapia (CENSUPEG-Florianópolis); Especialista em Pedagogia da Arte pela Universidade Federal do Rio Grande do Sul (UFRGS) e Bacharel em Artes Visuais pela Universidade Federal de Santa Maria (UFSM). E-mail: marceloeugenio85@gmail.com.

recorrente nas produções da participante que aqui chamaremos de Aurora⁶. Qual a relevância de um único símbolo em seu processo arteterapêutico e o que ele pode nos indicar a respeito dos seus movimentos psíquicos? Tendo como objetivo responder a tal indagação, levantaremos algumas considerações e hipóteses que possam nos auxiliar na compreensão das relações estabelecidas entre a participante e o seu repertório simbólico. Para isso, faremos uso de metodologia qualitativa, de ordem descritiva e exploratória, baseada na análise de algumas produções plásticas e falas da participante, e amparados pela abordagem teórica pertinente à Psicologia Analítica.

Durante o período em que o estágio foi realizado, entre outubro de 2018 e junho de 2019, Aurora contava com a idade de cinquenta e dois anos, e atuava como professora, intérprete de LIBRAS e funcionária em um departamento municipal. Costumava chegar aos encontros bem-humorada, comunicativa e usando roupas, joias e maquiagem vistosos. Não obstante, sua personalidade extrovertida e aparência lhe causavam incômodos no ambiente laboral, pois sentia que eles não eram bem recebidos por seus colegas. Sua vida familiar, no entanto, parecia transcorrer harmoniosamente: era casada há muitos anos e tinha uma filha adulta que morava sozinha. Possuía uma relação de muita proximidade com o seu pai e, após sua morte, há quinze anos, realizou tratamento psiquiátrico com intervenção medicamentosa durante um período. Dizia guardar boas lembranças da sua infância e que, sendo a filha mais nova de três irmãs, havia sido bastante mimada. Aurora esteve presente em todas as vinte e cinco sessões do estágio (distribuídas em oito meses).

A dimensão simbólica

A extrema relevância social conferida ao raciocínio lógico e pragmático demonstra que, em larga medida, vivemos ainda sob a influência do paradigma cientificista e racionalista que marcou a modernidade. Certamente inúmeras contribuições relevantes, em diversas áreas do conhecimento, surgiram graças a tais premissas. Em contrapartida, muitos dos fenômenos irracionais, ilógicos e, ao menos aparentemente inexplicáveis, que constituem grande parte da nossa experiência humana, foram postos de lado e rotulados como superstições ou, na melhor das hipóteses, ingenuidades que em nada se relacionam com a eminente racionalidade moderna. Logo, o rompimento da humanidade com seus mitos, sonhos e fantasias tem sido extremamente prejudicial, originando diversos desequilíbrios psíquicos, pois, por meio da linguagem simbólica, esses mitos, e outras derivações dessa natureza, propiciam a comunicação entre os nossos aspectos consciente e inconsciente e constituem, desse modo, o equilíbrio necessário ao nosso psiquismo (JUNG, 2017). Bachelard (2001, p.180) assim relata a primitiva conexão que havia entre a humanidade e suas antigas mitologias:

Sim, antes da cultura o mundo sonhou muito. Os mitos saíam da Terra, abriam a Terra para que, com o olho dos seus lagos, ela contemplasse o céu. [...] O homem exprimia a terra, o céu, as águas. O homem era a palavra desses macroântropos que é o corpo monstruoso da terra. Nos devaneios cósmicos primitivos, o mundo é corpo humano, olhar humano, sopro humano, voz humana.

Em sintonia com essa ideia, Jung (2017, p.100) ressalta: “A verdade é que os homens do passado não pensavam nos seus símbolos. Viviam-nos, e eram inconscientemente estimulados pelo seu significado”. Sendo assim, ao percorrermos novamente caminhos simbólicos temos a possibilidade de rearmos os laços que, em épocas longínquas, nos uniam ao fantástico e ao sobrenatural, aqui compreendidos como expressões simbólicas dos nossos aspectos inconscientes que anseiam reaver sua importância. Antes de examinarmos os símbolos, é necessário traçarmos algumas diferenças relevantes entre símbolo e signo.

De caráter informativo, o signo tão somente indica aquilo a que ele diretamente se relaciona. Dito de outro modo, ele é menos do que aquilo a que se refere. Por sua vez o símbolo, ainda que reconhecível, extrapola seu significado instantâneo e pode trazer à baila inúmeros aspectos vagos ou até mesmo inconscientes. Por isso, um símbolo nunca poderá ser completamente compreendido ou delimitado e, conseqüentemente, será sempre mais do que aquilo que está exposto (JUNG, 2017). A guisa de uma melhor compreensão dessas definições consideremos a imagem de um Sol. No contexto da meteorologia, ele tão somente nos indica que teremos um dia ensolarado, e não nos cabem maiores reflexões a respeito disso: nesse caso ele é um signo. No entanto, em uma carta de tarô, o Sol se presta a uma porção de interpretações a respeito da vida do consulente: nessa circunstância ele é um símbolo.

A que se considerar, também, um uso consciente e outro, inconsciente, dos símbolos. No primeiro caso, eles são utilizados para representar os muitos fenômenos e conceitos cuja compreensão ou definição estão fora do nosso alcance. No segundo caso, são produzidos de modo espontâneo e inconsciente, por meio das imagens oníricas (JUNG, 2017). Whitmont (2004, p.31), define a abordagem simbólica nesses termos:

[...] é assim uma abordagem da realidade, especialmente da realidade psíquica, transpessoal ou cósmica, que reconhece nossa incapacidade de conhecer esta realidade

⁶ Em documento assinado, a participante autorizou a divulgação das informações e imagens.

em termos intelectuais. Nesse sentido, ela pode ser considerada como uma abordagem agnóstica. Entretanto, as imagens realmente transmitem um certo conhecimento; não através do intelecto mas através do efeito da imagem sobre o sentimento e a intuição, assim servindo de intermediário a outro tipo, talvez mais profundo, de conhecimento que o conhecimento intelectual.

Desse modo, ao nos aproximarmos do universo dos símbolos, é preciso que estejamos dispostos a deixar em segundo plano o conhecimento lógico e intelectual, e mergulharmos nas suas reverberações simbólicas, as quais produzem um determinado saber por meio da intuição e do sentimento despertados pelas imagens. Além disso, estamos sim tratando de uma realidade, não daquela pragmática, mas de uma realidade psíquica. Outro aspecto importante dos símbolos é assim explicitado por Jung (2017, p.115):

Quando nos esforçamos para compreender os símbolos, confrontamo-nos não só com o próprio símbolo, mas com a totalidade do indivíduo que o produziu. Nessa totalidade inclui-se um estudo do seu universo cultural, processo que acaba por preencher muitas das lacunas da nossa própria educação. Estabeleci como regra particular considerar cada caso uma proposição inteiramente nova, sobre a qual começo um trabalho de quase alfabetização.

Portanto, ainda que para uma interpretação simbólica satisfatória seja relevante possuímos variados conhecimentos a respeito dos símbolos, é, sobretudo, fundamental que eles sejam analisados levando em conta a história de vida e a perspectiva de quem os produziu. Em sua tentativa de uma melhor compreensão das dinâmicas simbólicas, Jung (2017, p.117) dividiu os símbolos entre naturais e culturais:

Os primeiros são derivados dos conteúdos inconscientes da psique e, portanto, representam um número imenso de variações das imagens arquetípicas essenciais [...]. Os símbolos culturais, por outro lado, são aqueles que foram empregados para expressar “verdades eternas” e que ainda são utilizados em muitas religiões.

A partir disso, podemos considerar que os símbolos naturais se referem a produção de símbolos particulares, que se renovam e se transformam de acordo com cada indivíduo (ainda que atrelados a um padrão arquetípico); enquanto os símbolos culturais são os arquétipos, pois permanecem imutáveis e universais. Sobre a correspondência entre arquétipo e símbolo, Jung (2017, p.97-98) assinala que:

Os arquétipos são, assim, dotados de iniciativa própria e também de uma energia específica, que lhes é peculiar. Podem, graças a esses poderes, fornecer interpretações significativas (no seu estilo simbólico) e interferir em determinadas situações com seus próprios impulsos e suas próprias formas de pensamento.

Assim, os símbolos podem ser considerados como representações oriundas dos arquétipos. Mas, afinal, como o contato com os nossos símbolos pode resultar em um bem-estar psíquico? Para Furth (2014) a ação do símbolo é sempre compensatória ou complementar. Por conseguinte, o símbolo assinala e chama a atenção para os conteúdos psíquicos que, continuamente, estavam sendo negligenciados. A simbolização compensatória pode acontecer espontaneamente durante um sonho ou uma fantasia, ou emergir em um exercício de escrita, produção plástica ou outras atividades que permitam que os símbolos sejam trazidos à consciência. Ao serem experienciados e liberados, a energia psíquica inconsciente passa a fluir mais naturalmente, efetivando dessa maneira um equilíbrio e integração psíquicos.

Furth (2004, p.43) acrescenta que: “Com mais energia psíquica disponível e fluindo, o indivíduo que encontra uma dificuldade tem agora a possibilidade de trazer elementos inconscientes para a consciência, relacionar-se com eles e, assim, transcender o problema”. Além disso, os símbolos possuem grande relevância no processo de individuação (quando conteúdos inconscientes são integrados à consciência), uma vez que eles representam investidas espontâneas de entendimento e integração de elementos psíquicos em oposição (JUNG, 2017). Ainda que em nosso estudo nos interesse, sobretudo, a imagem simbólica, vale lembrar, com Jung (2017), que as palavras também podem ser simbólicas, assim como ações, gestos, objetos, acontecimentos e outros fenômenos. Dessa maneira, o símbolo se faz presente tanto na linguagem visual quanto verbal, corporal, e de inúmeras outras formas.

O símbolo solar

Presente em inúmeras culturas e períodos históricos, é atribuído ao símbolo do Sol uma numerosa variedade de significados e possibilidades interpretativas. Em seu aspecto positivo, ele é associado à fecundidade,

vida, calor, ressurreição e imortalidade. Porém, em seu aspecto negativo, é relacionado com a destruição, já que pode queimar, causar secas e, inclusive, matar. Astrologicamente, o Sol simboliza o gênero masculino, autoridade, luz, vida, calor, assim como tudo aquilo que reluz. Ademais, pode simbolizar beleza, esplendor, amorosidade e ser associado à luz do conhecimento (CHEVALIER; GHEERBRANT, 2017).

Durante a Antiguidade, Sol e Lua ocupavam, respectivamente, os papéis de pai do céu (e do universo) e mãe fértil. Todas as coisas eram dotadas de aspectos humanos ou animais e, em vista disso, representadas de maneira antropomorfa ou teriomorfa. Com o intuito de indicar o movimento solar, ele era, por vezes, representado com pés ou asas e, a partir disso, instaurou-se uma imagética cósmica distante da realidade, porém próxima das fantasias subjetivas. Contudo, em povos primitivos, os gêneros destes astros eram considerados opostos, sendo a Lua masculina e o Sol feminino (JUNG, 2018). Segundo Campbell (2001) a origem do mundo, para a mitologia grega, considerava que os deuses olímpicos nasceram da deusa Réa e não eram, de modo algum, os criadores dos seres humanos. De acordo com essa mitologia os homens eram descendentes do Sol, as mulheres da Terra, e os hermafroditas da Lua.

Inúmeras sociedades, em diversos continentes, se dedicaram a cultos solares. Entretanto, dentre todas elas, a que mais esteve imersa nestes cultos foi à religião egípcia. Atum, Hórus e o escaravelho Khipri são exemplos de divindades que foram incorporadas ao deus solar já na época antiga. No entanto, tal fenômeno tomou ainda maiores proporções a partir da quinta dinastia, quando inúmeras divindades se integraram com o Sol, originando, deste modo, as figuras solarizadas (ELIADE, 2008). Um exemplo do aspecto teriomorfo solar e, ao mesmo tempo, da presença do culto solar na sociedade egípcia, pode ser observado no espaldar do trono real de Tutankhamon (“Tutankhamon e sua esposa”, c. 1330 a. C.) onde os raios do deus-Sol são representados como mãos abençoando o casal real (GOMBRICH, 2015). A respeito da característica imortal do Sol, Eliade (2008, p.113) comenta que:

O Sol torna-se assim o protótipo do “morto que ressuscita a cada manhã”. Todo um conjunto de crenças em ligação com a iniciação e a soberania [...] deriva dessa valorização do Sol em deus (herói) que, sem conhecer a morte (como a conhecia, por exemplo, a Lua), atravessa cada noite o império da morte e reaparece no dia seguinte, ele próprio eterno, eternamente igual a si mesmo.

Jung (2018, p.114) associa os elementos solares à figura paterna ao indicar que:

Mas o pai visível do mundo é o Sol, o fogo celeste, por isso Pai, Deus, Sol, Fogo, são sinônimos mitológicos. O conhecido fato de que na força do Sol em verdade se reverencia a grande força criadora da natureza, diz claramente àquele que ainda não se deu conta, que o homem, na figura divina, venera a energia do arquétipo.

Tanto nos desenhos das crianças quanto na mitologia astral, o Sol simboliza a figura paterna. Na astrologia, ele simboliza a autoridade paterna e o princípio gerador masculino (CHEVALIER; GHEERBRANT, 2017). Além disso, o Sol, ainda de acordo com Chevalier e Gheerbrant (2017, p.839): “Também é símbolo da região do psiquismo instaurado pela influência paterna no papel de instrução, educação, disciplina, moral”. No âmbito religioso e místico, o Sol ocupa lugar de destaque, já que o Sol é o Deus Pai, criador e fonte de energia e vida de todos os seres na Terra. A centelha divina interna, por exemplo, é geralmente compreendida como luz ou Sol. De modo análogo, a representação da auréola radiada é resquício do culto ao Sol, bem como diversos outros símbolos de luz e fogo que foram atribuídos posteriormente aos santos cristãos. Representa também nosso aspecto imortal (energia psíquica), a partir do qual a humanidade se sente incluída para sempre com a continuidade da vida (JUNG, 2018). Nesse sentido, Jung (2017, p.111) menciona a função da simbologia de filiação solar em uma comunidade indígena:

Os índios pueblos acreditam que são filho do Pai-Sol, e essa crença dá a suas vidas uma perspectiva (e um objetivo) que ultrapassa a sua limitada existência; abre-lhes espaço para um maior desdobramento das suas personalidades e permite-lhes uma vida plena como seres humanos.

Por brilhar e vivificar a tudo e a todos, sejam eles merecedores ou não, o Sol é a imagem mais apropriada para representar a divindade visível, a força e determinação anímica (libido), que cria tanto coisas positivas quanto negativas (JUNG, 2018). Jung (2018, p.150) complementa esta questão ao afirmar que:

Esta comparação não é um mero jogo de palavras, como nos mostram os místicos: quando, por introversão, descem para as profundezas de seu próprio ser, encontram “em seu coração” a imagem do Sol, encontram sua própria “vontade de viver” que, com



razão, posso dizer com razão física, é chamada Sol, pois nossa fonte de energia e vida é o Sol. Assim, nossa vida fisiológica como processo energético é inteiramente Sol.

Diante do que foi discutido até agora, podemos notar o quanto as características solares simbolizam, na grande maioria das vezes, aspectos masculinos e positivos da psique. Vale observar que tais características positivas atribuídas ao Sol (enquanto arquétipo) e à suas representações (por meio das manifestações simbólicas), oriundas de tempos milenares, permanecem até hoje no inconsciente coletivo e se manifestam em diferentes expressões cotidianas. Ainda que um dia nublado, por exemplo, possua sua beleza singular, dificilmente nos referiríamos a ele como um “dia bonito” da mesma forma como o fazemos perante um dia ensolarado.

Percurso solar de Aurora

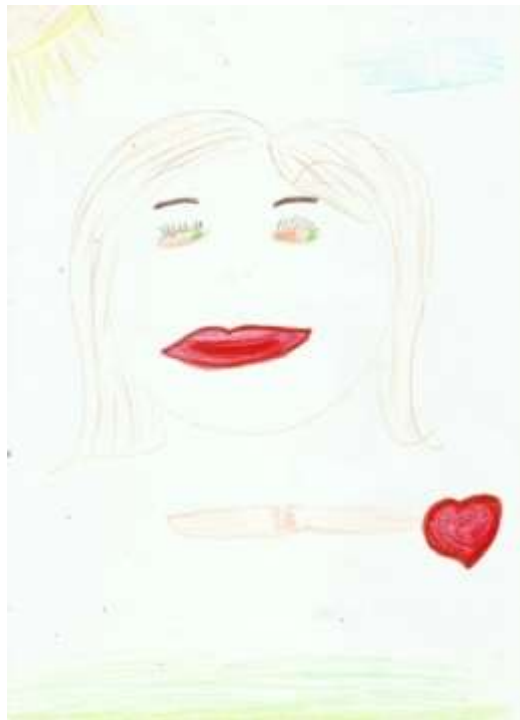


Fig. 1 - Autorretrato de Aurora (caneta hidrocor, giz de cera e lápis de cor sobre papel)
Fonte: acervo pessoal.

Logo no primeiro encontro, em seu autorretrato, Aurora produziu a imagem de um Sol no canto superior esquerdo da página (Figura 1). Comentou que se sentia mal por ter parado de abraçar seus colegas de trabalho (disse ter representado um abraço), dado que era algo que apreciava muito. Contudo, após receber críticas negativas por esse gesto em seu ambiente profissional, não mais os abraçava. Com o intuito de nos aproximarmos do seu estado de espírito naquele momento, observemos o modo como retratou a si mesma, o que já nos fornece suficientes indicações do seu desconforto emocional. O desenho do seu corpo consiste tão somente em cabeça e braços que, desprovidos de tronco (sem estrutura), pernas e pés (sem chão), gravitam pela página (assim como o coração), fragmentados e dissociados. Além disso, a maioria dos elementos foi colorida com tonalidades bastante sutis. Nossa sensação é de que o Sol na Figura 1 foi destituído de calor, talvez simbolizando o afeto que ela estava se sentindo impedida de compartilhar. De acordo com Tommasi (2005, p.20): “O indivíduo revela na expressão artística como sente e vive o mundo que o cerca. Esta experiência pode tornar-se consciente ou não”. Nesse desenho, ao revelar como se sentia e tornar esta experiência consciente por meio da imagem produzida, Aurora também nos indica como gostaria de voltar a se sentir. Assim, o desenho simboliza o distanciamento e a frieza sentidos por ela no seu ambiente profissional e o seu desejo pela retomada do contato afetivo interrompido pelas convenções sociais. Percebemos, desse modo, uma inadequação da persona de Aurora e uma pressão, por parte de alguns dos seus colegas, de que ela assumisse outra postura no local de trabalho.

Originalmente, a palavra persona significa a máscara usada por um ator. No âmbito da psicologia junguiana, persona é o conjunto de máscaras (atitudes, aparência, vocabulário e outros) utilizadas por um indivíduo para um melhor convívio social. Dessa maneira, na vida profissional é preciso utilizar uma persona que

esteja de acordo com a atividade exercida; o convívio familiar, por sua vez, solicita outro tipo de persona, e assim por diante. Por isso, a persona é fundamental para relações sociais saudáveis. Todavia, considerando que o ideal é que todos os aspectos da psique estejam em equilíbrio, tanto uma extrema identificação com a persona quanto o descaso em relação à ela são prejudiciais (HALL; NORDBY, 1993). Consequentemente, acreditamos que a resistência de Aurora em assumir uma persona apropriada tenha sido a possível origem dos seus conflitos.



Fig. 2 - Produção de Aurora (caneta hidrocor e colagem sobre papel)
 Fonte: acervo pessoal.

Na sessão 4, notamos uma representação diferente do Sol, assim como dos outros elementos (Figura 2). O recorte de revista escolhido, e sua disposição centralizada, lembram seu autorretrato realizado anteriormente (ver a semelhança dos cabelos repartidos ao meio, por exemplo). Dualidades podem ser percebidas na Figura 2, porquanto, segundo Aurora, do lado esquerdo estão as emoções positivas, simbolizadas pelo Sol, pela expressão feliz e pela porta aberta; por seu turno, do lado direito foram dispostas as emoções negativas, representadas pela chuva, pela expressão triste e pela porta fechada. Abaixo da expressão triste disse ter representado uma mão fazendo sinal positivo com o polegar, dado que mesmo durante as dificuldades é preciso manter uma atitude positiva. Para ela, a cruz em azul dos dois lados simboliza que uma força superior está presente em quaisquer das circunstâncias.

Certamente poderíamos nos ocupar em extensas análises a respeito de cada um desses símbolos. Porém, com o objetivo de nos mantermos delimitados ao símbolo solar, não nos deteremos em semelhante análise e nos contentaremos, nesse momento, em considerar os outros símbolos como coadjuvantes em nosso estudo. Em sua análise da carta do Sol no Tarô, Nichols (2007, p.323) comenta:

A iluminação abrasadora do Sol pode ser perigosa para seres humanos. Quem quer que tenha criado este baralho de Tarô usou todas as cores à sua disposição para criar os raios multicoloridos do Sol. Os próprios raios são pintados como lanças aguçadas alternadas e como ondas colubrianas, apresentando o Criador não como totalmente beneficente, senão como a corporificação de todos os opostos.

Embora os sóis nas Figuras 1 e 2 ocupem a mesma posição do lado esquerdo da página, o primeiro parece mais frágil; enquanto o segundo, com seu vermelho intenso e seus raios que se assemelham a lanças afiadas, assim como aqueles da carta de Tarô, possui um aspecto mais fortalecido ou, até mesmo, agressivo. A que se considerar, inclusive, a escolha e uso de um material (caneta hidrocor) que possibilitou efeitos cromáticos bastante assertivos, sem a gradação de tonalidades do lápis de cor, por exemplo. Diante da nitidez e intensidade cromática desse Sol, consideramos que ele reflete um sensível fortalecimento do ego de Aurora em decorrência do início do processo arteterapêutico. Além disso, o jogo entre símbolos opostos parece indicar uma busca de

equilíbrio e integração entre conteúdos positivos e negativos da sua psique. Se na Figura 1 tínhamos um sol de inverno, aqui temos um sol a pino.

No encontro seguinte (sessão 5) Aurora comentou estar se sentindo mais à vontade em suas relações interpessoais. A respeito do desenho produzido (Figura 3), relatou: “*Eu quis fazer o Sol porque depois que a gente começou a conversar eu me sinto muito melhor: um Sol mesmo*” (sic). Importante sublinhar que ela demonstrou bastante intensidade emocional ao proferir essas palavras. Aurora complementou dizendo: “*Clareou, me deu luz*”, e finalizou com a seguinte afirmação: “*No meu setor é que ainda não me sinto livre, não me sinto à vontade. Devo colocar barreiras, não sei... Parece que aqui é um ambiente de trabalho, de tensão, e não de alegria*” (sic). Nesse desenho, o Sol ocupa toda a página, com seus raios indo além das suas bordas. Ainda que relativamente simples, ele foi elaborado com bastante cuidado e concentração. Observemos como a cor laranja foi sobreposta com maior intensidade sobre os raios, e de modo mais sutil sobre o miolo do Sol.

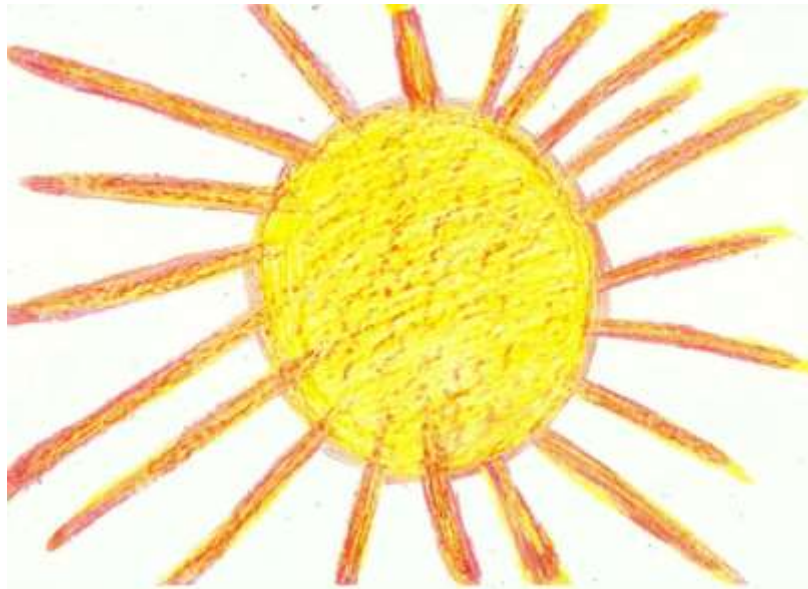


Fig. 3 - Desenho de Aurora (giz de cera sobre papel)
Fonte: acervo pessoal.

Nesse desenho, o Sol definitivamente não é um elemento a mais no cenário, mas sim o protagonista, apontando para o próprio protagonismo que ela começou a identificar em si mesma. Quando comparado com os sóis das Figuras 1 e 2, é como se esse Sol encontrasse, enfim, seu ponto de equilíbrio: nem enfraquecido e nem agressivo, mas sim em harmoniosa plenitude. Para Duarte (2017, p.6): “Tudo que pertence à realidade externa ocupa em nós um lugar interno: o sol, a lua, a água, as plantas, os animais, tudo vive em nós, na forma de arquétipos que povoam nosso mundo intrapsíquico por meio de imagens, símbolos e valores”. Em vista disso, a representação desse Sol e o que ela comentou sobre ele, demonstram que Aurora introjetou as potencialidades solares e, com isso, constatou que as qualidades atribuídas ao Sol, na sessão anterior, estão presentes em seu próprio interior, fortalecendo assim o seu ego. Percebemos, portanto, a função compensatória do símbolo, comentada anteriormente. Embora ela ainda se sentisse tolhida em seu local de trabalho, pôde manifestar seu temperamento “radiante” por meio da produção simbólica, gerando, dessa maneira, o bem-estar psíquico relatado. Segundo Duarte (2017, p.18):

A natureza é como um espelho no qual nos vemos: somos um pouco da abelha, do cão, do macaco, da árvore, da víbora e da ameiba; somos um pouco de todos os seres e todos os seres são um pouco de nós. Conectar-se a ela e à essência de todos os seres é também uma forma de nos integrar com nossa própria totalidade.

Por conseguinte, ao se conectar com o Sol através das suas variadas representações e do discurso verbal acrescentado, Aurora iniciou uma reconexão consigo mesma e com seus aspectos positivos, como se ela encontrasse, em si mesma, a fonte de afeto que buscava em seus companheiros de trabalho. Sobre o bem-estar ocasionado por uma representação cósmica, Bachelard nos diz (2001, p.170): “Numa imagem cósmica, assim como numa imagem da nossa casa, estamos no bem-estar de um repouso. A imagem cósmica nos dá um

repouso concreto, especificado; esse repouso corresponde a uma necessidade, a um apetite”. Além disso, o disco solar pode ser compreendido como uma mandala. A esse respeito, Nichols (2007, p.195) salienta que:

Como Jung descobriu, desenhos de mandala surgem espontaneamente em nossos sonhos em épocas de estresse, quando se faz necessária uma compensação para uma situação de vida cheia de conflitos. Com efeito, todas as mandalas aparecem originalmente como tentativas espontâneas da parte do inconsciente de criar a ordem.

Ao observarmos o símbolo solar a partir desta perspectiva notamos que, realmente, ele surgiu como uma grande força compensatória e ordenadora após um período desconfortável experimentado por Aurora. Com o auxílio do símbolo solar, a energia psíquica antes direcionada para os momentos de angústia, trilhou um novo caminho, se desprendendo desses conflitos e, novamente, revigorando o ego. Na sessão 14 (Figura 4), Aurora disse ter representado a parábola da casa construída sobre a rocha, que foi recitada por ocasião do seu casamento. Segundo ela, a bíblia e a cruz representam as bênçãos do Espírito Santo. Nessa sessão falou bastante sobre a importância da família em sua vida, cujos nomes inseriu no coração (que aqui precisou ser borrado em virtude de revelar a identidade da participante e dos seus familiares).



Fig. 4 - Desenho de Aurora (giz de cera e lápis de cor sobre papel)
 Fonte: acervo pessoal.

Nesse momento, todos os elementos foram representados com maior colorido e nitidez. Esse é um Sol verdadeiramente capaz de aquecer, de um amarelo vibrante e extensos raios. Nessa perspectiva, não apenas o Sol, mas talvez a brilhante luz no interior da casa também simbolize uma “iluminação interna”. Ademais, o espaço da folha foi inteiramente preenchido, denotando integração entre figura e fundo, parte superior e inferior. Em vista disso, ao compararmos esse desenho com a primeira imagem produzida (Figura 1), verificamos diferenças significativas. Em termos dos quatro elementos, o que antes era majoritariamente ar e fragmentação (Figura 1), se apresenta agora como a união entre ar (céu), terra (chão, pedras) e fogo (Sol), indicando equilíbrio entre forças opostas. De resto, ela enfatiza, nessa ocasião, sua vida familiar e espiritual, e não menciona absolutamente nada a respeito do seu contexto profissional, exatamente o oposto do que havia ocorrido anteriormente. Nesse encontro, novamente alude a si mesma com aspectos solares quando diz: “*Eu quero ser esse Sol na vida das pessoas ao meu redor porque faz mais bem para mim do que pra elas*” (sic). Essas frequentes afirmações de Aurora talvez sejam indicativas de uma mudança de foco, já que é um olhar mais interno do que externo. Em outras palavras, mais subjetivo, no qual ela identifica aquilo que é positivo em si mesma e investe sua energia psíquica nesse potencial, em detrimento de fatores externos. Outro aspecto relevante neste desenho é que ele é o único no qual o Sol foi representado no canto direito.

No âmbito da tradição ocidental cristã, para Chevalier e Gheerbrant (2017, p.343): “[...] a direita tem um sentido ativo; a esquerda é passiva. Também, a direita significa futuro, e a esquerda passado, sobre o qual o homem não tem poder. Enfim, a direita possui um valor benéfico, e a esquerda parece maléfica”. Sobre este mesmo tema, Jacobi (2017, p.379) acrescenta que: “Na história do simbolismo, o lado direito representa, geralmente, o domínio da consciência; a esquerda significa o inconsciente”. Nesse sentido, cremos na hipótese de que seus conteúdos psíquicos se moveram de um aspecto inconsciente em direção à consciência de Aurora. Em

síntese, o Sol foi um símbolo de caráter prospectivo, considerando que empreendeu um percurso da esquerda (conflitos vivenciados, passado), atingiu o centro (quando integrado ao ego, centro da consciência) e se encaminhou em direção à direita (futuro), momento em que Aurora se tornou mais consciente das suas qualidades e dos locais onde há, de fato, o afeto pelo qual tanto ansiava: em si mesma e no seu núcleo familiar. De acordo com Tommasi (2005, p.18): “A expressão artística, incentiva à compreensão e o confronto dos conteúdos dos complexos. O trabalho repetitivo com a temática emergente aproxima o paciente da reintegração psíquica”. Temos, portanto, com o caso aqui abordado, um exemplo de como a repetição de um mesmo símbolo, em diferentes configurações e modos de representação, foi capaz de contribuir para a reintegração psíquica da participante.

Considerações finais

Embora o Sol continuasse emergindo em outras produções de Aurora, nas quatro sessões aqui relatadas ele veio imbuído, a nosso ver, de maior potencial simbólico e intensidade emocional. Assim, ao contrário do que possamos idealizar, o caminho arteterapêutico não segue um ritmo crescente ou evolutivo. Acreditamos que o processo de Aurora atingiu o seu auge nas sessões aqui analisadas e que, posteriormente, seguiu um ritmo mais ou menos regular, sem momentos, ao menos aparentemente, tão explicitamente significativos. Talvez ela houvesse preenchido o restante das sessões elaborando as emoções e revelações surgidas. Dessa forma, o seu processo não seguiu uma linha reta, mas construiu o seu próprio percurso, o qual, acreditamos, foi bastante positivo, dado que a partir do momento em que começou a se perceber como um Sol e tomou para si esse símbolo, passou a apresentar uma melhora na sua autoestima, bem como na sua estrutura psíquica de um modo geral.

Muitas outras associações poderiam ter sido tecidas a respeito das representações solares de Aurora. Talvez pudessem ter sido encaradas como tentativas de retomar sua infância idílica algumas vezes memorada, ou consideradas como atualizações da figura paterna cuja morte a havia marcado tão intensamente. Ou, até mesmo, em decorrência das características masculinas atribuídas ao Sol em diversos contextos históricos e sociais, ele quiçá simbolizasse a integração do animus de Aurora. Todavia, ao invés de nos desanimar, as inúmeras interpretações que um mesmo símbolo poderia ter suscitado nos revela sua grande potência, importância e complexidade. Por certo, ele nunca se esgota ou, como vimos, terá deixado de ser um símbolo para se tornar um signo. Assim, nos detivemos, neste estudo, em um determinado ângulo do símbolo, sem nos esquecermos, entretanto, da sua amplitude e das múltiplas possibilidades de congregação com outros conteúdos arquetípicos.

Vale ainda ressaltar que a produção plástica delimitou um território sagrado (um *temenos*) para que o símbolo solar pudesse emergir em um ambiente seguro. Acreditamos que estar entre colegas com os quais Aurora possuía considerável grau de intimidade, bem como a afetividade constante que ela demonstrou em nossa direção, foram condições fundamentais para que o percurso arteterapêutico prosseguisse sem as amarras da desconfiança e da resistência. A fim de finalizarmos com uma analogia luminosa, gostaríamos de acreditar que, tal como a pequena vendedora de fósforos no comovente conto homônimo de Andersen (2002), o processo arteterapêutico contribuiu para iluminar e aquecer a escuridão e o frio em uma alma humana, bem como permitiu vislumbres da sua realidade psíquica. Nessa perspectiva, nossos encontros, as falas, as escutas atentas, as trocas de experiências e os símbolos foram como fósforos acesos: a auxiliaram por breves, mas intensos momentos, a redescobrir e reconhecer o caminho em direção à sua própria luz interna.

Referências

ANDERSEN, Hans Christian. **Contos de Andersen**. Rio de Janeiro: Paz e Terra, 2002.

BACHELARD, Gaston. **A poética do devaneio**. São Paulo: Martins Fontes, 2001.

CAMPBELL, Joseph (org.) *et al.* **Mitos, sonhos e religião: nas artes, na filosofia e na vida contemporânea**. Rio de Janeiro: Ediouro, 2001.

CHEVALIER, Jean; GHEERBRANT, Alain. **Dicionário de símbolos**. Rio de Janeiro: José Olympio, 2017.

DUARTE, Alisson José Oliveira. Ecologia da alma: a natureza na obra científica de Carl Gustav Jung. **Junguiana: Revista Latino-Americana da Sociedade Brasileira de Psicologia Analítica**. v.35, n.1, p.5-19, 2017. Disponível em: <http://sbpa.org.br/portal>. [capturado em 16 jul. 2019].

ELIADE, Mircea. **Tratado de história das religiões**. São Paulo: Martins Fontes, 2008.



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

GOMBRICH, E.H. **A história da arte**. Rio de Janeiro: LTC, 2015.

HALL, Calvin S; NORDBY, Vernon J. **Introdução à psicologia junguiana**. São Paulo: Editora Cultrix, 1993.

JACOBI, Jolande. Símbolos em uma análise individual. *In*: JUNG, Carl G. (org.) *et al.* **O homem e seus símbolos**. Rio de Janeiro: Harper Collins, 2017. p. 372-415.

JUNG, Carl G. (org.) *et al.* **O homem e seus símbolos**. Rio de Janeiro: Harper Collins, 2017.

JUNG, Carl G. **Símbolos da transformação: análise dos prelúdios de uma esquizofrenia**. Petrópolis: Vozes, 2018.

NICHOLS, Sallie. **Jung e o tarô: uma jornada arquetípica**. São Paulo: Cultrix, 2007.

TOMMASI, Sonia Maria Bufarah. Arteterapia e loucura: uma viagem simbólica com pacientes psiquiátricos. **Revista Científica De Arteterapia Cores Da Vida**. v.1, n.1, ano 1, p.17-22, jul-dez, 2005. Disponível em: <https://www.abcaarteterapia.com/revista-cores-da-vida>. [capturado em 03 out. 2019].

WHITMONT, Edward C. **A busca do símbolo: conceitos básicos de psicologia analítica**. Editora Cultrix: São Paulo, 2004.

Recebido em: 11/01/2021

Aceito em: 17/01/2021

Publicado em: 11/2021

ARTETERAPIA ONLINE – RELATO DE EXPERIENCIA EM TEMPO DE PANDEMIA - EXPERIMENTO POÉTICO – PÍLULAS DE POESIA**Kátia Brant⁷**

Resumo: O objetivo do programa de Experimentação Poética foi identificar a percepção dos participantes sobre o impacto emocional e a qualidade de vida proporcionados pelo hábito de ler e escrever poesias. Os participantes do experimento foram alunos universitários. Realizaram-se quatro vivências poéticas online associadas a leitura de poesias, em casa, durante três semanas. Ante ao desafio de atrair jovens para a cena poética, foram selecionados poetas e movimentos poéticos que comunicassem com suas raízes. Aos participantes foram apresentadas poesias de Cora Coralina, Fernando Pessoa, Leonardo Bastião, Carlos Assumpção, Mateus Marinho, bem como do movimento poético *Slam Poetry*, que coloca na rota da poesia a periferia das grandes cidades brasileiras. Evidenciamos, ao longo dos encontros síncronos, as semelhanças na performance, na trajetória e na temática dos poetas da nova geração e os poetas consagrados elencados no experimento. Outro ponto importante abordado lança olhares ao possível efeito da poesia no cérebro e seu impacto transformador em questões individuais e coletivas. Por fim, as vivências poéticas são uma proposta de uso da poesia como recurso facilitador no processo Arteterapêutico e recurso para educação e saúde.

Palavras-chave: Poesia; Qualidade de vida; Arteterapia; Saúde e educação.

On-line Art therapy: reporting and experience in pandemic time

Abstract: The target of the Poetic Experimentation program was to identify the perception of the participants regarding the emotional impact and life quality provided by the habit of reading and writing poetry. The volunteers took part in four online poetic experiences linked to reading of poetry at home for three weeks. Before the challenges of drawing interest of young students to the poetic scene, poets and poetic movements which communicate to their roots were chosen, such as Cora Coralina, Fernando Pessoa, Leonardo Bastião, Carlos Assumpção, Mateus Marinho, besides the Slam Poetry movement, which focuses on the periphery of the great Brazilian cities. During the online meetings, common points related to performance, trajectory, and subjects of the new generation of recognized poets were put in evidence in the experimentation. The effect of poetry and its changing impacts on brain was also taken into account. Finally, poetic experiences are a proposal to use poetry as an art therapeutical tool in education and health.

Keywords: Poetry; Quality of life, Art therapy; Health and education.

Arteterapia en línea: informe de una experiencia en tiempo de pandemia

Resumen: El programa de Experimentación Poética tuvo como objetivo identificar la percepción de los participantes sobre el impacto emocional y la calidad de vida que brinda el hábito de leer y escribir poesía. Los voluntarios participaron en cuatro experiencias poéticas vinculadas a la lectura de poesía en casa durante tres semanas. Ante los desafíos de atraer el interés de los jóvenes estudiantes por la escena poética, se eligieron poetas y movimientos poéticos que comunican sus raíces, como Cora Coralina, Fernando Pessoa, Leonardo Bastião, Carlos Assumpção, Matheus Marinho, junto al movimiento Slam Poetry, que se centra en la periferia de las grandes ciudades brasileñas. Durante los encuentros en línea se evidenciaron en la experimentación puntos comunes relacionados con la actuación, trayectoria y temas de la nueva generación de reconocidos poetas. También se tuvo en cuenta el efecto de la poesía y sus impactos cambiantes en el cerebro. Finalmente, las experiencias poéticas son una propuesta para utilizar la poesía como herramienta de arte terapéutico en la educación y la salud.

Palabras-clave: Poesía; Calidad de vida; Arteterapia; Salud y educación.

⁷ Especializanda em Arteterapia em Educação e Saúde pelo Instituto Saber e Cultura. Servidora pública na Secretaria de Economia do Distrito Federal, Subsecretaria de Saúde do Trabalhador-Subsaúde, desde 2016 até a presente data. Perícia trabalhista na Coordenadoria de Saúde do Trabalhador da Secretaria de Estado de Educação do Distrito Federal (SEE-DF) de 2003 a 2015. Professora concursada de Biologia da SEE-DF, desde 2001 até a presente data. Odontóloga graduada pela Faculdade de Odontologia do Planalto Central em 1997. - Disciplina de Arteterapia. E-mail: experimentopietico@gmail.com

INTRODUÇÃO

Este relato de experiência é uma proposta de prática para as áreas de educação e saúde usando como instrumento facilitador a arte poética. É notório que poucas pessoas leem poesia. Este não é um fenômeno restrito ao Brasil, afamado por ser um país de poucos leitores. No mundo, obras poéticas consagradas ficam encalhadas por décadas nas prateleiras do consumo moderno. Entretanto, como coadjuvante, a poesia vive e encanta, na música, no teatro, no humor, nos *jingles*, nas piadas e propagandas. Os neurocientistas procuram entender o poder emocional que esta vertente literária, esquecida nas prateleiras da vida, possui. Afinal de contas, mesmo pouco lida, a poesia acompanha toda a evolução da humanidade.

O Artigo Científico O Poder Emocional da Poesia: Circuitos Neurais, Psicofisiologia e Princípios Compositivos (WASSLIWIZKY et al., 2017) objetivou entender o impacto emocional da poesia no cérebro. Para tanto, avaliaram um grupo de voluntários no momento da audição e leitura de textos poéticos clássicos, utilizando dados objetivos e subjetivos fornecidos por diversos exames, inclusive de neuroimagem, para avaliar os seguintes parâmetros: circuito cerebral ativado, ritmo cardíaco, expressão facial, calafrios e arrepios. Os dados obtidos foram comparados com as evidências científicas descritas na literatura pertinente.

Os cientistas observaram que no momento da audição/leituras das poesias ocorre a ativação do núcleo *accumbens* (Naac) que é uma estrutura cerebral responsável pela motivação, prazer e aprendizagem. Outro ponto importante é que o estímulo do Naac pela arte poética prepara o caminho para o indivíduo obter experiências emocionais de pico. A experiência de pico é definida como um estado mental de felicidade e autorrealização (MASLOW, 1964). As rimas, métricas e aliterações no final dos versos e estrofes podem ter papel importante nestas questões. Embora não seja objetivo deste estudo, importante salientar que a música e a poesia ativam o núcleo *accumbens* de formas diferentes. Segue abaixo, conclusões importantes do artigo:

1. De acordo com as imagens e dados obtidos pelos pesquisadores, no momento da audição/leitura das poesias, o circuito neural de pré-relaxamento foi ativado, gerando, provavelmente, para o voluntário uma sensação de contagem regressiva. Esta sensação valoriza o ápice do evento. No caso dos textos poéticos, o ápice do evento pode ser representado pelo final dos versos, das estrofes e final dos poemas. Provavelmente, as rimas, métricas e aliterações provoquem esta sensação de doce expectativa avaliaram os pesquisadores. De acordo com a pesquisa, a temática do texto pode influenciar (WASSLIWIZKY et al., 2017).
2. Os calafrios, dado subjetivo relatado pelos participantes, e arrepios foram evidenciados em 100% daqueles que tinham costume de ler poesia e em 77% daqueles que não cultivavam o hábito (WASSLIWIZKY et al., 2017).
3. Este estudo lança luz sobre os efeitos emocionais da poesia e a avaliação dos dados fornecidos pelo experimento indica que a poesia pode ser capaz de pavimentar o caminho para as experiências emocionais de pico (WASSLIWIZKY et al., 2017).

Abraham Maslow, psicólogo e pesquisador renomado, acreditava que quanto mais experiências de pico um indivíduo obtivesse ao longo da vida, mais saúde mental teria e que essas experiências poderiam aumentar a cognição. Nas inúmeras reflexões de Maslow, reunidas no livro *Introdução à Psicologia do Ser*, a pessoa, na experiência de pico ou culminante, tende a sentir-se, naquele momento, mais integrada, mais individual, mais espontânea, mais expressiva, mais desenvolta, mais poderosa, mais corajosa, mais criativa. A pessoa pode recordar a experiência como um acontecimento muito importante e desejável, e procura repeti-la.

Importante citar que Jung (2013), em seu livro *O Espírito na Arte e Ciência*, refere-se à força imagística da poesia como um fenômeno psíquico que pode se relacionar com processos anímicos. Cita ainda Gehard Hauptmaan: “Poesia significa deixar ressoar atrás das palavras, a palavra primordial”. Pode-se, então, aferir que a palavra primordial se comunica com a imagem primordial, sendo fruto e manifestação do inconsciente tão importante na Psicologia Analítica.

A partir destas considerações surgiu a ideia do Experimento Poético - Pílulas de Poesia. Diante do momento pandêmico, a saúde mental estava em xeque. Como não lançar mão desta vertente literária, que, nos últimos anos, vem sendo objeto de pesquisas inovadoras e que poderia promover a saúde mental? Outro ponto importante foi a necessidade de implementar soluções criativas e simples que promovessem conexão emocional saudável em ambiente virtual.

O objetivo do programa de Experimentação Poética foi identificar a percepção dos participantes sobre o impacto emocional e a qualidade de vida proporcionados pelo hábito de ler e escrever poesias. Além de propor a utilização de poesias como elemento facilitador nos *settings* terapêuticos de saúde e educação.

MÉTODO

A pesquisa descritiva em formato de experiência prática online quanti-qualitativa, foi realizada no segundo semestre do ano pandêmico de 2020. Participaram 23 voluntários, sendo uma pessoa do sexo masculino e 22 do feminino, com idade entre 21 a 25 anos. Todos os participantes eram integrantes de disciplina optativa de Arteterapia de uma Universidade Pública do Distrito Federal de aula remota síncrona. As atividades foram desenvolvidas durante às aulas síncronas durante duas horas, três vezes por semana no segundo semestre de 2020.

Os aspectos éticos foram cuidadosamente observados. O sigilo, a privacidade e a proteção de dados e imagens foram garantidos. Asseguramos a veracidade dos dados e o uso estrito nas esferas científicas e acadêmicas. Os instrumentos de avaliação e coleta de dados foram o questionário de qualidade de vida (WHOQOL-BREF), termômetro das emoções e questões de saída.

O Questionário de Qualidade de Vida inicial (WHOQOL-BREF) foi aplicado logo no início das aulas remotas e no final da aplicação da experimentação via *Google forms*. O termômetro das emoções (adaptado de VERGARA, 2010) objetivou avaliar a alteração das emoções nos participantes do Programa de Experimentação Poética antes e logo após a leitura das poesias em casa. Os participantes foram orientados a assinalar o termômetro antes e imediatamente depois da leitura das poesias, perfazendo um total de 270 termômetros preenchidos (antes e imediatamente depois). O termômetro das emoções é uma escala tipo Likert e autoaplicável cuja intensidade varia de -1 a -4 identificando verticalmente sentimentos negativos no polo esquerdo; no polo direito, positivos, variando de 0 a +4. Observe a disposição, na escala, horizontalmente em polos negativos - positivos, a saber: tristeza-alegria, raiva-paz interior, medo/culpa-compreensão, solidão-integração, tensão/ansiedade- relaxamento, desamor/indiferença-carinho. As questões de saída foram: i) Você lia poesia, antes do programa de experimentação poética? Como foi sua participação no programa de experimentação poética? O modelo do Termômetro das Emoções está exemplificado na Tabela 1 a seguir.

Tabela 1 – Modelo do Termômetro das Emoções utilizado na Experimentação Poética. Brasília, DF, 2021.

Antes					Imediatamente após															
DATA: / /2020					DATA: / /2020															
HORÁRIO:					HORÁRIO:															
Sentimentos Positivos	+	+	+	+	0	-	-	-	-	Sentimentos Negativos	-	-	-	-	0	+	+	+	+	Sentimentos Positivos
Alegria	4	3	2	1		1	2	3	4	Tristeza	4	3	2	1		1	2	3	4	Alegria
Paz interior										Raiva										Paz interior
Compreensão										Medo/Culpa										Compreensão
Integração										Solidão										Integração
Relaxamento										Tensão/Ansiedade										Relaxamento
Carinho										Desamor/Indiferença										Carinho

Fonte: Termômetro das Emoções (adaptado de Vergara, 2010)

Diante da juventude dos participantes, tornou-se um desafio atraí-los para a cena poética, em meio à pandemia, por meio das aulas síncronas online. Portanto, optamos por poetas e poesias que obedecessem à seguinte regra: O que poderia torná-los apaixonados e orgulhosos de seu País, língua e povo? Utilizamos trechos de filmes, vídeos e entrevistas dos próprios poetas e os participantes foram motivados a relatarem o que mais os tocou depois de assistirem os vídeos propostos. Ao discorrermos sobre os poetas nas aulas síncronas, evitamos classificações de escolas literárias, rimas e outras questões presentes em aulas de literatura poética, não por desmerecer a importância do conhecimento desses quesitos, e sim, por termos foco no sentimento que as poesias provocavam nos participantes. Cada encontro tinha uma temática pré-definida, entretanto foram extremamente influenciados pelos sentimentos emanados nas vivências. No final de cada encontro síncrono promovemos sarais virtuais com a leitura de poesias com o objetivo de oferecer espaço de fala e interação entre os participantes.

Em suma, o Experimento Poético foi composto das seguintes fases:

- 1) Assinatura do Termo de Consentimento Livre e Esclarecido (TCLE) e do Termo de Consentimento do uso da Imagem e do Som via formulário preenchido na plataforma Google Forms.
- 2) Preenchimento do Questionário inicial de Qualidade de Vida (WHOQOL- BREF) via formulário elaborado na plataforma Google Forms.
- 3) Aula inaugural sobre o Poder Emocional da Poesia e recentes pesquisas sobre o tema. Em seguida, ocorreram três aulas expositivas, uma vez por semana, com a análise comparativa, evidenciando raízes e semelhanças sobre poetas, poesias, estilos e tendências poéticas atuais. Ao final de cada encontro síncrono, realizaram-se saraus online com as poesias selecionadas. Os poetas utilizados na Experimentação Poética foram: (a) Cora Coralina; (b) Leonardo Bastião; (c) Fernando Pessoa; (d) Carlos Assumpção; (e) Mateus Marinho; (f) Movimento poético *Slam Poetry*.
- 4) Leitura de poesias selecionadas em domicílio e preenchimento do Termômetro das Emoções (adaptado de Vergara, 2007), antes e imediatamente depois da leitura dos poemas.
- 5) Após os quatro encontros online, os participantes responderam ao Questionário de Qualidade de Vida Final (WOQOLF- BREF) na plataforma. Responderam também duas questões de saída: i) Como foi a sua participação no programa de Experimentação Poética? e ii) Antes do programa de Experimentação, você lia poesia?

EXPERIMENTO POÉTICO- PÍLULAS DE POESIA

Poetas, poesias e movimentos poéticos atuais elencados nas aulas síncronas

(a) Cora Coralina



Figura 3 - Cora Coralina Art transfer, Google arts
 Fonte: www.google.com

Além de toda grandiosidade que emanou quando enfocamos a obra de Cora Coralina nas aulas síncronas, enfatizamos também, as questões sociais tão importantes para a poetisa. Ela nasceu Anna Lins de Guimarães Peixoto, na cidade de Goiás, em 20 de agosto de 1889 e morreu em 10 de agosto de 1985. Abordamos o eu lírico personificado na menina Aninha, passando pela corajosa partida da cidade de Goiás com um homem divorciado, fato que fugia aos padrões da época para “moças de família”. A vida no interior de São Paulo e o retorno à cidade de Goiás. Aos 76 anos teve o seu primeiro livro publicado, embora a veia literária tenha aflorado cedo em sua vida.

Poetisa à frente do seu tempo, em seus versos temáticas extremamente atuais foram abordadas. Aos lavradores, às mulheres, às crianças negligenciadas e aos escravos recém-libertos, Cora deu a mão em versos. Cora olhou os sentimentos e os tocou. Deles retirou a matéria prima que nos arrebatava. Por mais contraditório que pareça, é possível ver concretamente, Cora tocando o coração e usando as emoções, boas e ruins. A dulcíssima ressignificação. Cora viveu de ressignificações! Arriscaria afirmar que a vida da poeta foi uma universidade que ensina e motiva a ressignificar.

Para quantas mulheres Cora falou em seus versos? O dom de se entender, colocar em versos e agir. Cora feminista, a seu modo! Cora empoderada! Cora literariamente livre! A poetisa tinha a certeza de que não falava para as mulheres de sua época: “Eu falo para as próximas gerações”. Cora visionária!

Cora Coralina, em entrevista ao programa Vox Populli, da TV Cultura, 1983, aborda suas dificuldades escolares: “Na minha escola primária eu fui sempre a do banco das atrasadas. Não tinha compreensão. Queria

aprender. Tinha vontade de fazer como as outras crianças que mudavam de lição, mas tinha dentro de mim uma dificuldade tão grande que só foi superada pela paciência e didática daquela Velha Mestreira”.

O que seria de nós se a Mestreira Silvina, professora de “Cora menina”, não tivesse sido a facilitadora da menina Aninha em seu processo de superação de suas dificuldades escolares? Órfãs de Cora? Quão dolorida é esta impossibilidade?

E Cora continua: “Tanto sou agradecida a ela que este livro Vintém de cobre é aberto com uma oferta para ela que se chama Cântico Excelso”. Segue trecho do poema:

“À memória da minha grande mestra, Silvina Ermelinda Xavier de Brito – Mestreira Silvina – ofereço este livro. Ofereço estas páginas à minha escola primária, a única escola da minha vida, minha única mestra, sozinha na sua sala de aula, sozinha no seu ministério, tão pobre que eu quisera exaltar em letras de diamantes. Foi por esta única escola de uma grande mestra, cinquenta anos mais velha do que eu, que cheguei à publicação de meus livros e às minhas seguidas noites de autógrafos”.

(b) Leonardo Bastião



Figura 4 - Leonardo Bastião, Art Transfer Google Arts
Fonte: www.google.com

Nas vivências poéticas foi apresentado trechos do documentário *Poeta Analfabeto*, dirigido por Jefferson de Sousa, ganhador do prêmio de melhor roteiro na Bósnia em 2019, entre outras premiações. O documentário retrata a vida do Poeta do Alto do Pajeú, Pernambuco. É a poesia do sertão pernambucano que decodifica o nosso país em rimas geniais que nos encantam. O poeta e agricultor de 76 anos, Leonardo, diz o seguinte: “... pego carona em tudo que Deus fez”.

O pesquisador e Doutor Marcus Nunes, professor do Departamento de Filosofia da Universidade Federal de Pernambuco (UFPE), ressalta que provavelmente a origem da poesia ora falada ora em repente remonta aos *aedos gregos*, que recitavam poesias ao toque de lira, que, por sua vez, sofreram influências da cultura árabe ibérica. Nos primórdios da colonização da região pelos portugueses, este estilo poético alcançou a foz do rio Pajeú, Pernambuco. Nunes defende a tese de que a poesia desceu o curso do rio, pois, quanto mais perto da cabeça do Pajeú mais poetas encontramos. A oralidade deste estilo herdado foi uma característica fundamental para o surgimento de poetas analfabetos, mas ricos em profusão oral, como Leonardo Bastião. Outro ponto que o pesquisador ressalta é a genialidade e a simplicidade do poeta, além da importância do registro em vídeo. Enfim, uma câmera e o olhar do amigo Bernardo Ferreira com toda a sua sensibilidade lançaram os vídeos na internet, documentando e evidenciando nossa cultura de forma inigualável. Ressaltamos o aspecto crucial da documentação por vídeo das poesias de Leonardo Bastião, como documento histórico, mostrando ao mundo, na figura do poeta em questão, todos os poetas do Alto do Pajeú.

Existe uma crítica à condição de não letramento dos poetas, a resposta é dada em versos, por Leonardo:

“Meu verso é feito das coisas que tem em cima do chão



Poesia é minha fonte
Todo poeta é irmão
Aquele que me censura
o que ganhou em leitura
Perdeu em educação.”

Por analogia, Leonardo Bastião nos presenteia com versos reflexivos sobre as questões ambientais:

“O sertão não presta mais
só que ele ficou ruim
Depois que o homem deu fim
as matas e animais
O chão foi ficando enxuto
E a terra negando o fruto
E o povo passando fome
E quem destruiu a beleza
Não deu fé que a natureza
Está se vingando do homem”.

Leonardo Bastião nos coloca em contato com nossos sentimentos mais puros. Impossível não se emocionar ao ouvi-lo criar rimas e sentir o poder da oralidade do nosso povo nordestino.

(c) Fernando Pessoa

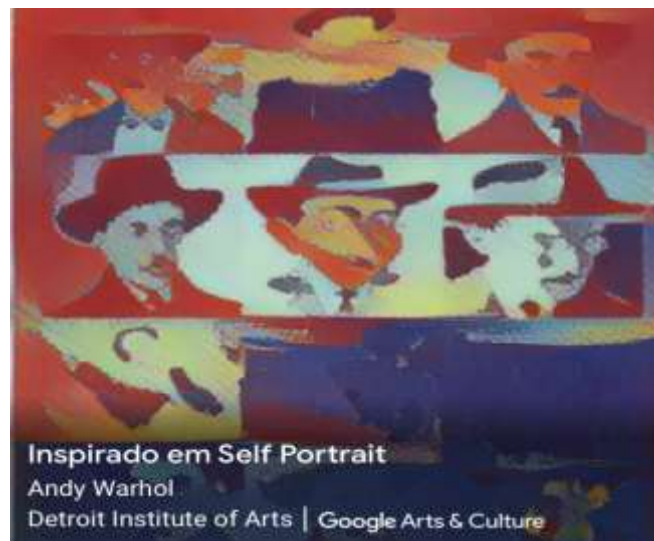


Figura 5 - Fernando Pessoa, Art Transfer, Google Arts
Fonte: www.google.com

Poemas clássicos foram selecionados com rima, métrica e aliterações tão próprios da obra prima deste ícone da Literatura Portuguesa. Fernando Pessoa nasceu em Lisboa, Portugal, em 13 de junho de 1888 e morreu em 30 de novembro de 1935 em Lisboa aos 47 anos. Poeta de tantos heterônimos, ou seja, criava um personagem escritor. A obra do mestre é imortal posto que comunique instantes e experiências comuns a todo ser humano de forma encantadora e única. Pessoa nos seduz, tanto em sua face ortônima, poesias assinadas por ele mesmo, como na heterônima.

Para Fernando Pessoa não havia uma única verdade. Ele dizia: “Não há verdade, há busca pela verdade”.

Poeta dramático, os personagens que ele criou são dramas em gente. A heteronímia concedeu ao poeta ser muitos em um, usando-a como máscaras. Dizia-se um ser transbordante. Foram 136 heterônimos catalogados até hoje. Os principais são:

- 1) Ricardo Reis: é um poeta clássico. Sua poesia defende o ideal do *carpe diem* do filósofo, poeta e escritor da Roma antiga, Horácio. Nos versos do poeta, Reis viveu exilado no Brasil; “Quando há alguma coisa de belo a dizer em vida, esculpe-se; quando há alguma coisa de belo a dizer em alma, fazem-se versos”.
- 2) Bernardo Soares: é o poeta dos afetos:” eu sou uma cena única onde passa vários personagens declamando várias peças”.

3) Álvaro de Campos é a alma que se exprime. É o coração que fala. E Fernando Pessoa diz sobre Álvaro de Campos: “Coloquei em Álvaro de Campos toda a emoção, toda a vida que não dei nem a mim mesmo”.

As poesias de Pessoa provocam arrebatamento. É fácil se reconhecer sentindo o que seus versos evocam. Traduzir-se em Fernando Pessoa é um encontro com os anseios e dilemas inerentes a todos. Quando Pessoa nos traduz, ele nos ensina a reconhecer nossas emoções. Não é exagero qualificá-lo como um cartógrafo dos sentimentos. Ele nos mapeou em versos. Ouvires não só da palavra, mas da emoção e do sentimento. Para cada personagem uma roupagem, enfim uma máscara.



Figura 6 - The mask. Art Transfer, Google Arts
Fonte: www.google.com

(d) Carlos Assumpção



Figura 7 - Carlos Assumpção, Art Transfer- Google Arts
Fonte: www.google.com

O poeta brasileiro mais velho ainda vivo do nosso País. Aos 94 anos, Assumpção nos brinda com sua poesia de protesto, uma temática engajada na luta social do nosso povo. O poeta é memória viva! Carlos Assumpção tem muito a nos dizer. Nasceu em 23 de maio de 1927, em Tietê- SP. Cresceu ouvindo histórias do tempo da escravidão. Desde a década de 30, Carlos menino manifestava sua veia poética. Cresceu ouvindo do seu avô, beneficiário da Lei do Ventre Livre, histórias do tempo da escravidão. O poeta recorre a sua memória prodigiosa, replicando as estórias dos seus ancestrais, contadas pelo avô “ao redor da fogueira na cozinha”. Lembra que as histórias eram repletas de bravura e luta pela liberdade. A Professora e Dra. em Sociologia, Ana Elisa de Carlo Blackm, estudiosa da época do fim da escravidão e da desigualdade racial no Brasil, acrescenta: “O Seu Carlos teve o convívio com o avô paterno e com os pais, mas não podemos nos esquecer que a escravidão destruiu muitos vínculos familiares da população negra. Ele é um relato vivo do que aconteceu com esta

população. O poeta e professor da URFJ, Alberto Pucheu, faz uma reflexão comparativa da época e obra de Carlos Assumpção: “A geração do seu Carlos é muito forte na poesia brasileira. Na mesma época, Drummond está fazendo poesia, João Cabral de Melo Neto também. Os poetas concretos estão se colocando naquele momento. Tem-se uma efervescência da poesia. Carlos de Assumpção deve estar de igual para igual com esses poetas”.

Pucheu lançou o documentário “Protesto” com o objetivo de resguardar a memória viva de nossa história.

O poeta rememora a descoberta de sua veia poética: “Feliz escrevi um soneto e mostrei para a professora. Ela disse: “Nossa, só tem que dar um retoque, está muito bom. E publicou no Jornal da cidade”. Dentre tantos, o poema Protesto é icônico. Foi declamado pela primeira vez em 1956, e hoje é um hino de reconhecimento e reflexão sobre a escravidão.

Hoje, ele define sua poesia como luta. E diz ainda: “A poesia pra mim é um desabafo”. O poeta defende que a poesia deve se comunicar com o povo:

“Eu sou Carlos Assumpção
sou irmão de todo mundo,
e todo mundo é meu irmão,
mas do racista não
mas do racista não”

Fez curso normal e, em seguida, graduou-se em Direito e Letras – Português e Francês. Diversos títulos foram auferidos durante a sua carreira. Apesar de um longo percurso na poesia, somente em 1982 foi lançada a primeira edição do seu livro, *Protesto*. No documentário, dirigido por Alberto Pucheu, Assumpção emana esperança e fé: “Eu queria fazer da poesia uma arma. Eu achava que podia resolver alguma coisa... E ainda acho! Carlos tece considerações importantes sobre a inserção do negro na sociedade após a abolição da escravatura: Os negros estavam mais perdidos do que estão hoje: Saíram da escravidão sem família, sem dinheiro e sem destino”.

Observe grito uníssono e ancestral poético de Assumpção, em trecho do poema protesto:

“mesmo que voltem as costas
às minhas palavras de fogo
não pararei de gritar
não pararei
não pararei de gritar”

(e) Mateus Marinho



Figura 8 - Mateus Marinho, Art transfer- Google Arts
Fonte: www.google.com

O Poeta menino de Óbidos, Pará, Brasil, que promoveu uma mudança radical em sua vida por meio da poesia. Matheus Marinho descobriu na poesia sua vocação maior. O olhar carinhoso e preparado das professoras e dos colaboradores foi o começo dessa incrível descoberta. Segue trecho do poema *Meu Perfil*:

“Ao rimar este poema
O alfabeto vou usar
Pra contar minha história
Do povo deste lugar
Mateus é meu nome
Escrito com a letra M
Com sete anos de idade
Já tenho a capacidade

De escrever o meu poema
 Sou filho do interior
 Com muito orgulho de ser
 Não tenho pai registrado
 Com uma mãe do meu lado
 Uma vó que me irradia
 Não tem a capacidade
 De enxergar a luz do dia
 É normal que todo mundo
 tenha uma vocação
 Vou me tornar poeta
 Para alegrar teu coração”

No trecho do poema, “Uma avó que me irradia”, Mateus inicia um percurso poético fundamental: o referencial familiar, o ancestral, o que veio antes. Apesar do início da carreira, o menino já verseja relacionando a poesia com a alegria: “Vou me tornar poeta, para alegrar seu coração”.

(f) Movimento poético *Slam Poetry*



Figuras 9 e 10 - Imagem ilustrativa Slam Poetry- Batalhas Poéticas. Art transfer- Google Arts

Fonte: www.google.com

O termo SLAM é uma onomatopeia com som “PA”. O movimento *SLAM Poetry* nasceu em Chicago em 1984. A poetisa MC e Slammer Estrela D' Alva conquistou, em 2011, o terceiro lugar em uma competição em Paris. Em 2012 venceu a competição GreenMill, em Chicago. Após essas vitórias, as batalhas poéticas começaram a se difundir na periferia do nosso país. No exterior a temática é múltipla e geralmente o evento é realizado em teatros fechados, englobando vários estilos poéticos.

Aqui no Brasil, as batalhas de poesia são o espaço de fala da periferia com temáticas sociais importantes para a nossa sociedade. Reúnem mais de seiscentos jovens a céu aberto em batalhas com poemas de autoria própria de três minutos sem acompanhamento musical. Quanto mais diversificado o público e os *slammers* mais rico é o evento, analisam os estudiosos.

Os *Slammers* dizem que, embora seja uma competição, a vitória é o que menos importa. O Slam pode ser considerado o oxigênio da periferia. A diferença principal entre um sarau e as batalhas poéticas é que, neste último, há competição e no primeiro não. A poesia falada dá voz à periferia. O *Slam da Guilhermina*, o *Slam Resistência*, o *Slam das Minas*, o *Slam Interescolar BR*, o *Slam DéF* e o *Slam Q*, entre tantos outros, entram na cena cultural das grandes cidades. O jovem, o celular, o microfone e todo o sentimento poético em cartase. As batalhas poéticas proferidas pelos *slammers* tem o potencial de aflorar alegrias angústias, ansiedades e tristezas. Com os *slammers* a poesia grita que também é periferia em plenitude. Apesar das batalhas poéticas serem exclusivamente faladas, transcrevemos abaixo trechos do poema “Intuição” de Mel Duarte, a fim de compararmos didaticamente, ao longo do relato.

“Salve forçados ventos epahey Oyá
 Eu peço licença pra entrar
 Salve mãe e rainha odoyá
 Eu peço licença pra entrar

Força das águas de oxum pra purificar
Eu peço licença pra entrar
Salve, salve guerreiras Amazonas
Eu peço licença pra entrar
Força indígenas milenar
Eu peço licença pra entrar”

“Eu pedia desculpa toda vez depois de falar
Como se fosse um erro, um defeito de nascença querer me colocar
Ambientes tão hostis nos tornam prisioneiras de nossas próprias ideias
Mas revoluções.... revoluções sempre foram feitas a partir de distintas ideias
Seja seu próprio néctar
Explore esse multiverso mulher
Rejeite o que te afeta
Respeite seu tempo, perceba seu florescer
E não se preocupe quando precisar desaguar
É normal transbordar
Entenda, nós mulheres temos pacto como mar”
Mel Duarte



Figura 11 - Mel Duarte, Art Transfer. Google Arts
Fonte: www.google.com

Breve comparativo entre os ícones da poesia elencados no experimento e os poetas da nova geração

Nas aulas síncronas foi estabelecida uma breve comparação de pontos fundamentais que relacionam a poesia e trajetória dos poetas a fim de que os participantes conhecessem, entendessem e valorizassem as raízes do nosso povo. Identificar as semelhanças com o objetivo de provocar um olhar empático, e quem sabe, reconhecer em si emoções, sentimentos e experiências vividas. O menino Mateus personificando a criança e Mel Duarte, a jovem mulher. Esta comparação não teve compromisso com o academicismo nem com classificações, e sim, com o percurso emocional de vida e como se apresenta de forma prática.

Não podemos deixar de notar semelhanças das batalhas poéticas brasileiras com a oralidade na *performance* dos Poetas Analfabetos, do Sertão do Pajeú. No tocante à ancestralidade e luta social, nota-se identificação com as poesias de Carlos Assumpção. E por incrível que parece, comunica com a temática de Cora Coralina que, bravamente, entre tantas outras batalhas, ressaltou as lutas femininas. A menina Aninha da casa velha com dificuldades escolares pode ser comparada com a trajetória escolar do poeta menino de Óbidos. Ambos superaram dificuldades imensas! Talvez aos olhos dos mais céticos, intransponíveis. Abaixo, estão apresentadas as tabelas comparativas:

Tabelas 2 – Comparação das temáticas entre os poetas. Brasília, DF, 2021.

Mel Duarte	Cora Coralina
“Eu pedia desculpas como se fosse um erro de nascença querer me colocar”	“ ... e eu sempre a errada e daí veio o desejo de me libertar daquele meio familiar constrangedor.”
“Ambientes tão hostis nos tornam prisioneiros”	“Cresci entre oito mulheres que me limitavam”

Comparativo entre Mel Duarte e Poetas do Médio Sertão do Pajeú:

Mel Duarte	Leonardo Bastião
Oralidade	Oralidade
Uso de mídias sociais	Uso de mídia sociais

Comparativo entre Mel Duarte e Carlos Assumpção:

Mel Duarte	Carlos Assumpção
Ancestralidade	Ancestralidade
Antirracista, / batalhas poéticas	Antirracista/ saraus

Comparativo entre Cora Coralina e Mateus Marinho:

Cora Coralina	Mateus Marinho
Dificuldades no início da escolarização	Dificuldades no início da escolarização
Professor facilitador do processo de autodescoberta do dom maior	Professor como facilitador no processo autodescoberta do dom maior

Fonte: Autoria da autora, 2021.

DISCUSSÃO E ANÁLISE DOS DADOS OBTIDOS NO PROGRAMA DE EXPERIMENTAÇÃO POÉTICA: PÍLULAS DE POESIA

Análise dos dados do Termômetro das Emoções

Do total de 270 termômetros, 218, (80,7%) evoluíram positivamente depois da leitura das poesias; 24, correspondendo a 8,9%, ficaram neutros quando comparados antes e depois das intervenções; 26 termômetros (9,7%) evoluíram negativamente após a intervenção. Todos os termômetros de dois participantes foram desconsiderados por assinalarem o termômetro erroneamente. É importante relacionar o resultado positivo 80,7% com o resultado da questão de saída “você lia poesia anteriormente?”:

Considerando o total de 23 respostas, o item raramente foi assinalado 14 vezes (60,9%); às vezes, quatro (17,4%); nunca, quatro (17,4%); e habitualmente, um (4,3%). Observe que 60,9% dos voluntários raramente lia poesia, ainda assim, os sentimentos de 80,9% evoluíram positivamente imediatamente após a leitura proposta.

Outro ponto passível de estudo foram os sentimentos positivos que obtiveram maior variação logo após a leitura das poesias selecionadas. Com objetivo meramente didático, fizemos um ranking de quatro sentimentos positivos com maiores variações, do maior para o menor, a saber: paz, alegria, relaxamento e compreensão.

Portanto, os resultados indicam que o estímulo e o efeito imediato das poesias sobre as emoções foram altamente positivos. Apesar de a maioria dos participantes não terem o hábito de ler poesias, os termômetros indicaram o aumento das emoções positivas em 80,7 % dos participantes.

Análise comparativa entre os Questionários de Qualidade de Vida (WHOQOL- BREF) inicial e final

O Questionário de Qualidade de Vida inicial foi aplicado logo no início das aulas remotas. O número total de 23 participantes respondeu o Questionário de Qualidade de Vida inicial e final.

No questionário inicial e final para fins comparativos somente 21 foram considerados aptos para análise em função de duplicidade (responderam o questionário final duas vezes) e esquecimento de assinalar alguma questão. Importante considerar, para a análise dos dados, a fase da pandemia em que ambos os questionários foram respondidos.

O questionário inicial foi respondido entre os dias 25/08/2020 e 27/08/2020. Nesta data, o número de mortos pela COVID -19 se aproximava dos 115 mil. O Brasil só perdia dos EUA neste quesito. O questionário final foi respondido entre os dias 15/9/2020 e 17/09/2020, o País superava os 133.000 mortos e ainda figurava entre os países com maior número de mortes por COVID -19. O cenário pandêmico e todas as incertezas sofridas pela população brasileira colocou a saúde mental de todas as esferas sociais em xeque. Optamos por avaliar individualmente pré e pós - Experimento Poético. Os dados obtidos foram: onze participantes aumentaram a qualidade de vida. Quatro pessoas mantiveram-se iguais; e cinco indivíduos decresceram no quesito qualidade de vida. Ao ter contato com as emoções, principalmente em meio à pandemia, é natural a percepção de sentimentos que favorecem a queda da qualidade de vida. Neste ponto é possível relacionar uma das características do processo arteterapêutico e a leitura das poesias.

Na Arteterapia, não se lida somente com prazeres (VALLADARES-TORRES 2020). Sucessivas vezes manifestam-se áreas sombrias, decepções, projetos desfeitos, lacunas, desconforto frente a construções de equilíbrio precário, tristezas após tentativas truncadas de criação e de estabelecimento de afetos, de comunicação, ou, ainda, de situações que levem a temores e rupturas de elos (Philippini, 2008 apud VALLADARES-TORRES, 2020). O luto em muitos aspectos da vida e a percepção da fragilidade humana ante ao vírus, somadas às incertezas econômicas e sociais, podem fazer emergir emoções negativas. Entretanto é preciso entender que o espaço para o contato e a percepção destes sentimentos e a possibilidade de entendê-los e oferecer meio de vazão e ressignificação através da identificação com uma poesia ou a criação de poemas autorais pode ser ato norteador. Ressalto, relacionando a este item, os possíveis impactos positivos relativos à cognição e criatividade que a arte poética pode induzir.

Análise da questão de saída: Como foi sua participação no Programa de Experimentação Poética?

Nesta questão de saída, os adjetivos usados para descrever a participação foram:

“... gratificante”;
“... enriquecedora”;
“...incrível”;
“...única”;
“... bacana e “... bastante inspiradora”;
“... ótima “;
“... boa, legal”;
“...diferente.”

Estas reações positivas foram manifestadas por 22 participantes. Entretanto, dois participantes emitiram, no contexto, sinais negativos:

“...cansativa”;
“... corrida”.

O participante que usou o adjetivo “corrida” acrescentou na mesma frase: “Corrida, mas boa” (contabilizando um efeito ansioso como um efeito positivo). Como ações positivas expressas na resposta desta questão, elencamos:

“... reaproximação com a poesia”
“... um olhar novo para a poesia”;
“... acessar meus sentimentos e expressá-los”;
“... incentivo à leitura”;
“... ajudou a relaxar no período de aulas remotas”;
“... usar a poesia como ferramenta”;
“... oportunidade de conhecer vertentes diferentes da poesia”;
“... relaxamento”;
“... alegria.”

O universo de relações positivas elencadas acima clarifica o potencial da arte poética em todas as suas faces. Entretanto, faz-se necessário apresentar a cena poética de forma instigante e empática. A seleção de vídeos e entrevistas foi orientada para cativar os participantes, tendo exercido papel importantíssimo no experimento poético em questão.

Análise dos Saraus online e Apresentação dos Poetas e Poesias

Apesar da novidade das aulas remotas e do momento pandêmico, o envolvimento de todos foi muito bom, pois houve interação com os participantes tanto nos momentos das aulas de explanação quanto nos momentos de leitura das poesias selecionadas. Alguns verbalizaram durante as aulas síncronas sensações e emoções, protagonizando momentos riquíssimos tanto para os participantes quanto para os professores. Na aula de avaliação da disciplina de Arteterapia classificaram positivamente marcante o encontro com a poesia.

Poesias Autorais

Dos vinte e três participantes, seis relataram a composição de poesias autorais, que foram lidas nos Saraus online. Quatro deles nos enviaram as poesias. Posteriormente, foram inquiridos sobre a sensação de compor a poesia, a saber:

“... satisfação”;
“...desabafo”;
“... alívio”;
“...coloquei no papel a saudade”.

Com base nas respostas obtidas, é possível dizer que a poesia pode ser ferramenta de cura e equilíbrio. Considerando que a análise da questão de saída (Você lia poesia anteriormente?) indicou os seguintes resultados como anteriormente apresentados: Raramente 14 (60,9%), às vezes; quatro (17,4%); nunca, quatro (17,4%); habitualmente, um (4,7%) e que foram realizados somente quatro encontros online para estímulo do hábito, o fato de seis participantes se aventurarem em versos autorais é extremamente significante.

Poesia e percepções das sensações marcantes

Ao longo da produção do relato da experiência surgiu a necessidade de saber o que os participantes lembravam da intervenção poética. Portanto, três meses depois de encerrado o experimento, fizemos a seguinte pergunta aos estudantes: Você se lembra de alguma vez que ficou surpreendido com alguma poesia? Se o seu coração disparou ou se teve calafrios ao ler as poesias elencadas durante o experimento ou as aulas? O objetivo foi relacionar o experimento poético com a ação da poesia no cérebro. Seguem as respostas abaixo:

“... fiquei surpreendido em vários momentos. Senti arrepios quando me identificava com o que estava lendo”.
“... fiquei surpreendida. Tive arrepio.”
“... fiquei surpreendida com a poesia que escrevi. Meu coração disparou e chorei bastante”.
“... lembro bem de ficar surpreendido com a poesia Milionário do Sonho de Leandro Roque de Oliveira. Meu coração disparou e logo depois se encheu de um sentimento de felicidade”.
“... fiquei surpreendida. Gostei muito daquele vídeo do pessoal de Pernambuco. Fiquei surpresa com a sabedoria deles”.
“... lembro-me da sensação de relaxamento após a leitura. Alguns dias estava muito ansiosa e estressada, mas depois da leitura ficava mais alegre e relaxada. Amei ter participado”.

Esta questão foi proposta depois do término do semestre, sendo respondida por seis alunos que conseguimos estabelecer contato.

Vivências poéticas e Arteterapia - recurso facilitador para educação e saúde

“Aonde quer que eu vá um poeta já esteve lá”.
Sigmund Freud

“Quem olha para fora sonha, quem olha para dentro acorda”.
Carl Jung

Ao longo do experimento poético ficou evidente o contato dos participantes com sentimentos universais presentes na temática poética. Nos encontros síncronos, momentos de emoção e identificação foram testemunhados. A manifestação artística não interessa quanto a manifestação estética, mas sim quanto reduto simbólico, repleto de conteúdo inconsciente (SILVEIRA, 2007). Os poetas são mestres em acessar estes conteúdos, além de lhes dar forma poética. A leitura/declamação de uma poesia pode fazer emergir memórias adormecidas, pode ajudar a dar forma naquilo que não sabemos nomear. O processo criativo poético visionário comunica-se com o principal objetivo da Arteterapia, acessar conteúdos do inconsciente. Os poetas o fazem com maestria! Observem o poema abaixo:

Sou raiz
Sou raiz e vou caminhando
Sobre minhas raízes tribais,
Velhas jardineiras do passado.
Cora Coralina



Carl Jung, pai da Psicologia Analítica, compara o ser humano, seu crescimento psicológico e psíquico com uma árvore. Estas simbolizam desenvolvimento interior independente da consciência. Representa também a união dos opostos, suas raízes que estão embaixo, se unem com o que está em cima. A união dos opostos, o consciente e o inconsciente (Carl JUNG, 2003).

Não há risco em afirmar que Cora Coralina era sem saber, uma discípula aplicada de Jung. Todos os poetas vivenciados neste experimento acessam através de seus versos, conteúdos simbólicos e ancestrais do inconsciente, como foi evidenciado, nos poemas ao longo do relato.

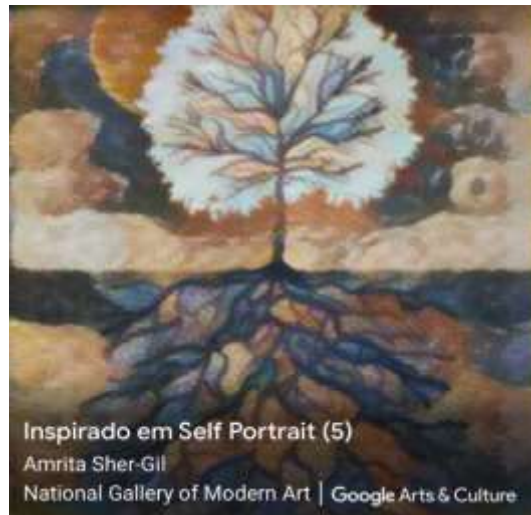


Figura 12 - Imagem ilustrativa. Art Transfer Google Arts
Fonte www.google.com

Observe poema de Fernando Pessoa:

Quando é que o cativoiro
Acabara em mim,
E, próprio dianteiro,
Avançarei enfim?

Quando é que me desato
Dos laços que me dei
Quando serei um fato
Quando é que me serei?

Quando ao virar a esquina
De qualquer dia meu,
Me acharei a alma digna
Da alma que Deus me deu?

Quando é que será quando?
Não sei. E até quando
Viverei perguntando: Perguntarei em vão.

Considerando Jung (1993), sobre a arte poética no livro, *O Espírito na Arte e na Ciência*: “O segredo da criação artística e de sua atuação consiste nessa possibilidade de reemergir na condição originária da *participation mystique*”, pois, nesse plano, não é o indivíduo, mas o povo que vibra com suas vivências; não se trata aí, das alegrias e dores do indivíduo, mas da vida de toda a humanidade. Por isto, a obra prima é ao mesmo tempo objetiva e impessoal, tocando no ser mais profundo. É por este motivo que a personalidade do poeta só pode ser considerada como algo propício ou favorável, mas nunca essencial a sua arte. Sua biografia pessoal pode ser de um filisteu, de um homem bom, de um neurótico, de um louco de um criminoso; interessante ou não, é secundária em relação ao que o poeta representa como ser criador”.

Quem não tem a necessidade de desatar os próprios nós que se deu? Tão universal é este poema! Quem não vibra ou se toca com a questão: Quando é que me serei? Quando acharei minha alma digna da alma que Deus me deu?

Na Psicologia Analítica a poesia visionária e transcendente é a única que importa. Uma obra prima é como um sonho que apesar de todas as evidências nunca se interpreta a si mesmo. O poeta percebe quem se aproxima da obra de arte, deixando que esta atue sobre, tal como ela agiu sobre o poeta. Para compreender o sentido, é preciso permitir que ela nos modele, do mesmo modo que modelou o poeta (JUNG, 2013).

A poesia “olha” o produto do inconsciente com a suavidade de quem desarma uma bomba. O grande desafio enfrentado pelo arteterapeuta diz respeito à construção de um espaço acolhedor, mas não ameaçador - que dê segurança ao paciente para que ali, ele possa perceber as situações, expor seus sentimentos, comunicar-se com maior naturalidade e conscientizar-se da complexidade e da amplitude de seu potencial (VALLADARES-TORRES, 2020). Neste contexto a poesia pode ser um facilitador e agregador no set arteterapêutico. E como evidência da potência da poesia como instrumento acolhedor, segue mais uma obra-prima de Fernando Pessoa:

Não digas nada!
Não, nem a verdade!
Há tanta suavidade
em nada dizer
Tudo metade
De sentir e de ver...
Não digas nada!
Deixa esquecer.
Talvez amanhã
Em outra paisagem
Digas que foi vã
Toda esta viagem
Até onde eu quis
Ser quem me agrada...
Mas ali fui feliz...
Não digas nada...

CONCLUSÃO

O Experimento Poético proporcionou estímulo à leitura de poesias pelos participantes. Os mesmos foram apresentados a grandes escritores brasileiros e suas raízes. A maioria demonstrou encantamento ao conhecer o potencial desta manifestação artística, apesar do ínfimo contato com esta vertente literária. Verbalizaram a percepção de que a poesia pode ser um instrumento de autoconhecimento, transformação e luta. Através dos termômetros das emoções aplicados antes e depois das leituras diárias, em domicílio, a maioria (80,7%) percebeu a diminuição dos sentimentos negativos logo após a leitura. O questionário de qualidade de vida (WHOOL-BREF) aplicado no início e no final do experimento sugere um contato maior com as emoções. Na questão, sobre a ação da poesia no cérebro, alguns participantes lembraram de dados subjetivos marcantes como arrepios/ calafrios mesmo três meses depois do evento, sugerindo um alinhamento com as pesquisas científicas recentes.

Outro ponto importante foi a proposta de prática com sucesso palpável nas aulas síncronas da disciplina de Arteterapia para os alunos de graduação e uso como recurso para a promoção de saúde. As vivências poéticas virtuais evidenciaram o potencial da poesia como recurso no set terapêutico, pois, embora o processo arteterapêutico seja predominantemente não verbal, ele tem como objetivo final dizer-nos, principalmente, a nós mesmos. Ao ler um texto poético, podemos nos encontrar. Olhar as emoções, aceitá-las como uma parte fundamental de nossa caminhada. No tocante às questões de saída, os adjetivos usados pelos participantes ao responderem, mostram o potencial de envolvimento que a poesia pode proporcionar: gratificante, enriquecedora, incrível, única, desabafo, alívio, satisfação, alegria, tristeza. Evidenciou também, a sintonia da temática poética com as lutas atuais, tais como, racismo, gênero e desigualdade social. Por fim, a seis poesias autorais escritas durante o experimento tem um significado ímpar, pois, os participantes não cultivavam o hábito de ler poesias, quiçá escrevê-las.

REFERÊNCIAS

ASSUMPÇÃO, Carlos. **Protesto-Poemas**. ed do autor, São Paulo, 1982.

BASTIÃO, Leonardo. **Minha Herança de Matuto**. 1 ed. Editorado Poeta Itapetinese Leonardo Bastião. Disponível em: Assumpccca7acc83o-protesto.pdf, Acesso em 22de julho de 2020.

ASSUMPÇÃO, C. **O Poeta Invisível**. Escola da Inteligência Entrevista, 2019. <https://youtu.be/ZA16vUz7pnc> Acesso em 4 de janeiro de 2021.

Ano 17 - Volume 28 - Número 1 - Janeiro – Junho - 2021

ASSUMPÇÃO, C. **Carlos Assumpção declama Protesto**. YouTube. Disponível em: Assunção7accc830-protesto.pdf, acesso em 22 de julho de 2020

ASSUMPÇÃO, C. **O protesto-poemas**. São Paulo: Edição do Autor, 1982. (Poemas). *Quilombo*. Franca: Edição do Autor/UNESP, 2000.

CORALINA, Cora. **O Tesouro da Casa Velha**, 1º ed digital. Editora Global São Paulo 2012.

CORALINA, Cora. **Poemas dos Becos de Goiás e Estórias**. Mais 1ed digital editora global. São Paulo. 2012.

CORALINA, Cora. **Cora Coragem Cora Poesia**. 1º ed digital. Saõa Paulo: Global, 2012.

CORALINA, Cora. **Todas as Vidas**. Direção Renato Barbiere. Produção Márcio Curi Elizabeth Curi e Carmen Flora. Brasil: SL Asacine, 2016. 86min. Disponível em <https://hdcinemaflix.com/> - Cora Coralina Todas As Vidas 2017 Full Movie Streaming.

CORA Coralina. **Entrevista ao programa Vox Populli**, da TV Cultura, 1983. Disponível em: [Chttps://youtu.be/ZA16vUz7pnc](https://youtu.be/ZA16vUz7pnc) Acesso em 04 de janeiro de 2021.

DUARTE, Mel. **Declama Intuição**. Disponível em Intuição Feminina | Mel Duarte | TEDxSaoPaulo - YouTube Acesso em 4 de Janeiro de 2021.

EMICIDA, Elisa Lucinda. **Declamação Emicida** - Milionário do Sonho – YouTube.

LEONARDO, Bastiao. **O Poeta Analfabeto**. Direção Jefferson de Sousa. Co-producao Bernardo Ferreira e José Rubenito.SL Jefferson de Sousa Comunicações TV Pajeú Prefeitura de Itapetin, 2020 22 min. Disponível em Leonardo Bastião, O Poeta Analfabeto | Filme completo | documentário de Jefferson Sousa - YouTube

JUNG, C. G. **Estudos Alquimicos**. Petrópolis, RJ: Vozes, 2003.

JUNG, C. G. **O espirito na arte e na ciência**. Petrópolis, RJ: Vozes, 2013.

MASLOW, Abraham H. **Introdução a psicologia do ser**. 2. Ed. 1º volume Eldorado

MATEUS, Marinho. **O menino poeta obdense**. Programa Rota Óbidos. Entrevista Mateus Marinho, o menino poeta obdense - YouTube Acesso em 4 de janeiro de 2021.

PESSOA, Fernando. **Pessoa muitos**. Editora global Entrevista Teresa Rita Lopes, 2017. Disponível em Fernando Pessoa: muitos - YouTube. Acesso em 4 janeiro de 2021.

Poesias selecionadas Coletanea Pilulas de poesia.

PESSOA, Fernando. **Antologia Poética**. Ebook. Disponível em: <https://www.livrariapublica.com.br/2020/08/antologia-poetica-fernando>.

SLAM, A. **Batalha de versos entrevista TV Brasil Slam**, a "Batalha de versos" | Programa Completo – YouTube.

VALLADARES-TORRES, A. C. A. **Arteterapia na saúde - da dor à criatividade**. Curtitiba: CRV, 2021. Vol. 1.

WASSILIWIZKY, E. et al. O poder emocional da poesia: circuito neural, psicofisiologia e princípios composicionais. **Neurociência Cognitiva e Afetiva Social**. v.12, n.8, p.1229-40, 2017. Doi: 10.1093/scan/nsx069

Recebido em: 09/03/2021

Aceito em: 27/08/2021

Publicado em: 11/2021

ARTIGO DE REVISÃO

4 – TERAPIA PELA DANÇA: REVISÃO INTEGRATIVA DA LITERATURA

*Deborah Figueira Ramos*⁸
*Dreissy Cristine Gomes da Silva*⁹
*Júlia Soares da Silva*¹
*Ana Cláudia Afonso Valladares-Torres*¹⁰
*Diane Maria Scherer Kuhn Lago*¹¹

Resumo: Introdução - A Dançaterapia é usada como um meio de expressão e comunicação capaz de favorecer a percepção do movimento e promover a melhoria da postura e a estabilidade corporal, sendo uma atividade lúdica e prazerosa, capaz de proporcionar motivação para a realização de atividades físicas. Objetivo - Observar os aspectos relevantes acerca da aplicabilidade das intervenções que utilizam a dança como forma de terapia. Método - É uma revisão integrativa da literatura brasileira, de abordagem qualitativa e quantitativa, para a qual foram selecionados, em novembro de 2017, onze artigos que se enquadravam nos critérios de inclusão, para serem analisados os efeitos da dança em diversas situações. Discussão e Resultados - Todos os artigos fazem uma abordagem positiva sobre os efeitos da dança sobre a mente e o corpo, e a saúde de ambos faz com que a vida do indivíduo seja mais ativa e prazerosa. A dança é uma terapia acessível e de fácil aplicabilidade que pode ser levada para momentos íntimos, e não só para o tratamento de uma enfermidade ou como forma de exercício, é também uma possibilidade de integração social.

Palavras-chave: Terapia através da Dança; Dançaterapia; Revisão integrativa.

Dance therapy: integrative literature review

Abstract: Introduction - Dance therapy is used as a means of expression and communication capable of promoting the perception of movement and promoting the improvement of posture and body stability, being a playful and pleasurable activity, capable of providing motivation to perform physical activities. Objective - To observe the relevant aspects about the applicability of interventions that use dance as a form of therapy. Method - It is an integrative review of Brazilian literature, with a qualitative and quantitative approach, for which, in November 2017, eleven articles that met the inclusion criteria were selected, to be analyzed the effects of dance in various situations. Discussion and Results - All articles take a positive approach to the effects of dance on the mind and body, and the health of both makes the individual's life more active and pleasurable. Dance is an accessible and easily applicable therapy that can be taken to intimate moments, and not only for the treatment of an illness or as a form of exercise, it is also a possibility for social integration.

Keywords: Dance therapy; Integrative review.

Terapia de danza: revisión bibliográfica integradora

Resumen: Introducción: La terapia de danza se utiliza como un medio de expresión y comunicación capaz de promover la percepción del movimiento y la mejora de la postura y la estabilidad del cuerpo, siendo una actividad lúdica y placentera, capaz de proporcionar motivación para realizar actividades físicas. Objetivo: observar los aspectos relevantes sobre la aplicabilidad de las intervenciones que utilizan la danza como una forma de terapia. Método: es una revisión integradora de la literatura brasileña, con un enfoque cualitativo y cuantitativo, para el cual, en noviembre de 2017, se seleccionaron once artículos que cumplían los criterios de inclusión, para analizar

⁸Enfermeiro(a) graduado(a) pela Universidade de Brasília (UnB), Brasília-DF, Brasil

⁹Graduanda de Enfermagem pela Universidade de Brasília (UnB), Brasília-DF, Brasil

¹⁰Arteterapeuta nº 001/0301-ABCA, Doutora em enfermagem psiquiátrica e Profª Adjunto da UnB, Brasília-DF, Brasil. E-mail: aclauiaval@unb.br

¹¹Enfermeira e Psicanalista, Me em Gerontologia, Drª em Enfermagem e Profª Adjunto da UnB, Brasília-DF, Brasil

los efectos de la danza en diferentes situaciones. Discusión y resultados: todos los artículos adoptan un enfoque positivo sobre los efectos de la danza en la mente y el cuerpo, y la salud de ambos hace que la vida del individuo sea más activa y placentera. La danza es una terapia accesible y fácilmente aplicable que puede llevarse a momentos íntimos, y no solo para el tratamiento de una enfermedad o como una forma de ejercicio, sino que también es una posibilidad de integración social.

Palavras-clave: Terapia a través de la Danza; Danza terapia; Revisión integradora.

Introdução

A dança é um exercício físico aeróbico que proporciona diversos benefícios para o corpo humano. De acordo com a literatura, ela traz inúmeros benefícios para a saúde, tanto física quanto mental, tais como a melhoria da capacidade funcional, benefícios psicológicos e também proporciona maior interação com outras pessoas (SILVA; BERBEL, 2015).

Outros benefícios que a dançaterapia pode trazer, de acordo com Clarice Nunes (2003), é propor um...

[...] movimento humano na direção da expansão da sua capacidade criativa e da realização de si mesmo. O propósito é relaxar as tensões desnecessárias, colocar em movimento. Mover, do latim, *movere*, originalmente emocionar-se. Resgatar a memória de emoções retidas nas fibras musculares, nas articulações, na estrutura óssea, nas células, enfim, na nossa carne (NUNES, 2003).

Trata-se de libertar-se por meio da expressão de emoções internas.

Uma das principais pioneiras na temática de dança relacionada à terapia foi Maria Fux, criadora da chamada Dançaterapia, compartilhava a ideia da importância de a dança ser utilizada como instrumento terapêutico e educacional para pessoas que buscam/necessitam de uma conexão entre corpo e mente (LIMA; ABREU, 2011). A dança pode ser usada como promoção, prevenção e tratamento de doenças, de diversas especificidades e gravidade e podem ser utilizados os mais variados estilos de músicas.

A dança proporciona aumento de autoestima, de saúde corporal, de vitalidade, de autoconsciência, melhoria na saúde mental e espiritual, além de uma ampliação da consciência corporal e de uma apropriação do paciente de seu corpo (LIMA; ABREU, 2011).

Contudo pode-se verificar a utilização da Dançaterapia, como um meio de expressão e de comunicação, além de ajudar na percepção do movimento, na postura e na estabilidade corporal, é uma atividade lúdica e prazerosa, capaz de proporcionar motivação para realização de atividades físicas, beneficiar os aspectos social, emocional e cognitivo e, comprovadamente, melhora a capacidade física e a qualidade de vida de todos os indivíduos (BRAGA *et al.*, 2015).

Objetivos

Objetivo Geral

Descrever o uso da Dançaterapia em diferentes tratamentos a partir de revisão integrativa da literatura.

Objetivos Específicos

- Identificar as estratégias e formas de abordagem com o uso da Dançaterapia;
- Descrever o impacto na vida dos adeptos da Dançaterapia como forma de tratamento.

Método

Trata-se de uma revisão integrativa da literatura brasileira, de abordagem qualitativa e quantitativa. A revisão integrativa consiste na análise de produções constantes na literatura, acerca de uma determinada temática, de modo a aprofundar o olhar sobre o assunto; analisar as metodologias utilizadas, as reflexões futuras e o suporte para novos estudos (MENDES; SILVEIRA; GALVÃO, 2008).

A busca dos estudos ocorreu em novembro de 2017, com base nos seguintes critérios de inclusão: publicados em português, ter sido publicado em uma das bases de dados eleitas para a pesquisa, artigos publicados entre 2000 e 2017. Os critérios de exclusão eliminaram os artigos que não estavam disponíveis nas bases de dados pesquisadas, que não tinham textos completos na íntegra, e que não tratavam a Dançaterapia como aspecto prioritário do estudo.

Foram efetuadas buscas nas bases de dados: Centro Nacional para Informação Biotecnológica – *PubMed*; *Scientific Electronic Library System Online* – *SciELO*; Biblioteca Virtual de Saúde – *BVS*; e Periódicos Eletrônicos de Psicologia – *PePSIC*.

Para iniciar a realização da pesquisa, foram selecionados descritores ou palavras-chave, seguindo a classificação dos Descritores em Ciências da Saúde (DeCS): Terapia por meio da Dança, Dançaterapia e Dance Therapy. A partir desses descritores, foram selecionados 60 artigos e, após realizar as filtragens e delimitações

necessárias, foi obtido um total de doze artigos, três na *BVS*; um artigo na *PubMed*, que não foi utilizado, pois não possuía todos os critérios de inclusão; oito artigos encontrados na *SciELO*; e nenhum artigo encontrado na *PePSIC*.

Selecionou-se um total de onze artigos e, posteriormente, foi realizada uma leitura criteriosa da amostra final, com o intuito de analisar os resultados e observar os aspectos relevantes das diferentes intervenções e suas contribuições para o desenvolvimento do campo da Dançaterapia.

Quadro 1 - Seleção dos artigos de pesquisa nas bases de dados após avaliação inicial. Brasília, DF, 2020

Avaliação	BVS	Pepsic	SciELO	PubMed	Total
Produção encontrada	53	0	8	1	60
Não é artigo de pesquisa	8	0	0	0	8
Não estão em português	1	0	0	1	2
Artigo que não respondem à questão norteadora	19	0	0	1	20
Não está disponível eletronicamente (integral)	1	0	0	0	1
Artigos repetidos	18	0	0	0	18
Total selecionado	3	0	8	0	11

Fonte: Organizado pelas pesquisadoras

Resultados e Discursão

Ao realizar a síntese das informações, foi criada o Quadro 2 com a distribuição das evidências gerais encontradas: título, autores, ano, resumo e conclusão. A seguir, apresenta-se um panorama dos textos avaliados nesta revisão.

Quadro 2 - Síntese dos artigos selecionados para compor o estudo. Brasília, DF, 2020

Título	Ano	Resumo	Conclusão
1-Paisagens acolhedoras em um tempo de sutilezas: ressonâncias da dança em uma clínica corporal em saúde mental	2013	Este artigo trata de uma pesquisa que objetivou cartografar uma clínica corporal em saúde mental, que se utilizou de práticas diversas nessa perspectiva de acolhimento e de sutileza, dentro de um CAPS do tipo II, em Belém, PA. Dessas práticas, no caminho metodológico que percorremos, destacamos o trabalho com Danças Circulares Sagradas (DCS) na vivência de um Grupo de Trabalho Corporal do qual participaram quatorze usuários do serviço entre os anos de 2010 e 2012.	Os resultados evidenciam que nas rodas de DCS os usuários do serviço batalharam por seu espaço, compartilharam suas histórias, cederam e demandaram, afastando-se de quaisquer estereótipos de passividade, desmotivação ou vitimização que pudessem pairar sobre eles. À guisa de uma conclusão, as DCS subscrevem a emancipação dos dançantes de funcionamentos “esperados” para a dança, em um território que se constitui pelo dançar junto e pelo fazer com o outro que enriquece a experiência e sustenta as diferenças. As DCS, no cotidiano dos CAPS, reafirmam que ali não é lugar da doença mental, mas da saúde mental, em que o relevo é a vida e o transtorno é apenas parte da existência. As DCS configuraram-se como um lugar potencial de troca.
2-O benefício da dança	2015	Avaliar o benefício da dança sênior	A partir dos achados deste

sênior em relação ao equilíbrio e às atividades de vida diárias no idoso		em relação ao equilíbrio e às atividades de vida diárias nos idosos. Participaram do grupo de dança sênior 19 idosos entre 60 a 85 anos, que responderam as escalas de equilíbrio de Berg e de atividades de vida diárias de Lawton. A dança sênior foi aplicada duas vezes por semana, durante três meses e, ao final desse período, foram refeitas as duas escalas citadas	estudo, foi possível identificar que a prática de dança sênior trouxe melhoria do equilíbrio e das atividades de vida diárias. Considerando que o equilíbrio e o risco de queda avaliados pela escala de Berg resultaram em avanços, mostrando um valor estatístico significativo de $p=0,001$ referente à independência nas atividades de vida diárias avaliadas pela escala de Lawton, observou-se o resultado de aperfeiçoamento com $p=0,001$.
3-Danças brasileiras e psicoterapia: um estudo sobre efeitos terapêuticos	2011	Esta investigação foi um estudo de natureza exploratória e qualitativa sobre efeitos terapêuticos em participantes do Grupo Baiadô: Pesquisa e Prática de Danças Brasileiras da Universidade Federal de Uberlândia. A pesquisa utilizou um questionário englobando: a) compreensão do conceito de Cultura Popular; b) modificações advindas pela permanência no grupo; c) informações pessoais dos participantes; d) efeitos terapêuticos autoidentificados pelos membros. As perguntas abertas foram analisadas por meio de análise de conteúdo.	Os resultados indicam a existência de efeitos positivos em decorrência da participação no grupo. Foi também encontrado que, independentemente da atuação em um contexto de danças brasileiras, o vínculo entre seus integrantes tem fundamental relevância nas modificações descritas pelos mesmos.
4-A contribuição da dança do ventre para a educação corporal, saúde física e mental de mulheres que frequentam uma academia de ginástica e dança ¹	2005	O estudo teve por objetivo investigar os benefícios da dança do ventre para a saúde de mulheres que frequentam uma academia de dança do interior do Estado de São Paulo. Trata-se de um estudo qualitativo. Os referenciais foram a experiência dos pesquisadores e outras literaturas da área de dança. A amostra foi constituída por doze mulheres com faixa etária de 16 a 40 anos, que praticavam dança do ventre há mais de três meses, às quais foi aplicado um questionário com perguntas abertas.	A análise foi feita por meio dos conteúdos das respostas, o que possibilitou a conclusão de que a dança do ventre é um método que traz benefícios para a educação integral e leva à valorização da vida, melhorando a saúde e a qualidade de vida dessas mulheres.

Fonte: Organizado pelas pesquisadoras

Inicialmente foram encontrados 60 artigos, mas 49 foram excluídos, por não se enquadrarem nos requisitos da pesquisa, sendo assim, foram utilizados onze artigos e todos eles abordam a dança como forma de terapia.

Após a coleta de dados percebeu-se que o ano em que houve mais publicações relacionadas à dança como forma de terapia foi de 2015, quando quatro dos onze artigos foram publicados, seguido por 2013, que apresentou dois artigos publicados. Diante disso, é notável que, apesar de haver uma comprovação de sua eficácia há alguns anos, os estudos e publicações sobre a temática são recentes.

Entre os temas abordados há uma variação significativa entre os dados pesquisados. Três dos artigos selecionados associaram a saúde mental à Dançaterapia e foi observado que os resultados dos estudos destacavam a autonomia, o aumento da autoestima e maior segurança entre o público pesquisado que, com isso,

apresentava maior valorização da vida, maior facilidade de convivência e de aceitar a própria realidade, sem que se sentissem envergonhados por suas condições.

Os artigos 5,8, 10 e 11 apresentam melhoria do quadro clínico dos pacientes, quando associados à dança. Entre os dados é comprovada maior capacidade cardiorrespiratória, menor chance de disfunção sexual, diminuição do estresse, o que diretamente influencia a diminuição dos picos de hipertensão, e maior capacidade aeróbica e inspiratória. Com resultados clínicos, fica evidente como o bem-estar mental é capaz de influenciar o funcionamento fisiopatológico do corpo. A dança consegue promover o movimento do corpo, ativa a musculatura e acelera o ritmo cardíaco, o que, juntamente com o prazer que os movimentos trazem, e capaz de diminuir o estresse por meio do aumento da sensação de bem-estar.

Por meio desta pesquisa, foi possível concluir que os idosos são o público-alvo das pesquisas, por pertencerem à faixa etária que é mais adepta a tratamentos alternativos e não só medicamentosos. Nos estudos com idosos, a dança os beneficiou com maior equilíbrio, não só durante a dança, mas durante as atividades diárias também e, com isso, o risco de queda também diminui. Além do equilíbrio há melhorias na flexibilidade e na agilidade, o que influencia na autonomia e a autoestima dessas pessoas.

Todos os artigos fazem uma abordagem positiva sobre os efeitos da dança sobre a mente e o corpo, e a saúde de ambos faz com que a vida do indivíduo seja mais ativa e prazerosa. A dança é uma terapia acessível e de fácil aplicabilidade, que pode ser levada para momentos íntimos, e não só para o tratamento de uma enfermidade ou como forma de exercício, é também uma possibilidade de integração social.

Considerações Finais

O objetivo deste estudo foi observar os aspectos relevantes a cerca das intervenções que utilizam a dança como forma de terapia. Ao total foram apenas onze artigos pertinentes e todos demonstram resultados positivos e benefício físicos e psíquicos aos seus adeptos.

Fica evidente a necessidade de mais estudos sobre o tema, pois, apesar de ser uma cultura antiga, é recente o uso da dança como terapia efetivamente aplicada e a realização de estudos sobre prática. É difícil fazer com que as pessoas aceitem um tratamento além do medicamentoso, e a dança, por ser algo naturalmente inserido na cultura da sociedade, faz com que seja mais fácil sua aceitação, mas, para isso, há necessidade de investimento e de incentivo por meio de práticas públicas.

A Dançaterapia é capaz de promover um bem-estar social, alivia o sofrimento físico e pode diminuir o risco de outras enfermidades e, além disso, promove interação entre as pessoas em um mundo em que as pessoas estão conectadas a distância, fica evidente a importância de maior adesão a essa prática terapêutica.

Referências

AMARANTE, P. Loucura, cultura e subjetividade: conceitos e estratégias, percursos e atores da reforma psiquiátrica brasileira. In: FLEURY, S. (Org.). **Saúde e democracia: a luta do CEBES**. São Paulo: Lemos, 1997. p.163-185.

KATZ, C.; HERSHKOWITZ, I. The effects of drawing on children's accounts of sexual abuse. **Child maltreatment**; v.15, n.2, p.171-9, 2010. (A4).

KATZ, C.; BARNETZ, Z.; HERSHKOWITZ, I. The effect of drawing on children's experiences of investigations following alleged child abuse. **Child abuse & Neglect**; v.38, n.5, p.858-67, May 2014. (A2).

KESTENBAUM, C. J. Frontline: secure attachment and traumatic life events. **Journal of the American Academy of Psychoanalysis and Dynamic Psychiatry**; v.39, n.3, p.409-19, 2011. (A3).

LOPES, R. E. *et al.* Juventude pobre, violência e cidadania. **Saúde e sociedade**; v.17, n.3, p.63-76, 2008.

MANGIA, E. F. *et al.* Necessities of adolescents with mental disorders. **Rev. Ter. Ocup. Univ.**; v.14, n.3, p.123-32, Set./Dez. 2003. (A6).

PIMENTA, M. A. F. **Arte e aprendizagem**. Tese de Doutorado. Universidade Candido Mendes. Rio de Janeiro, 2014.

SABINO, J. S. *et al.* As ações da terapia ocupacional com adolescentes em situação de vulnerabilidade social: uma revisão de literatura. **Rev. Ter. Ocup. Univ. Federal da Paraíba**; v.25, n.3, p.627-40, 2017.



VISSER, M. J.; PLESSIS, J. An expressive art group intervention for sexually abused adolescent female. **Journal of Child and Adolescent Mental Health**. Department of Psychology, University of Pretoria. v.27, n.3, p.199-213, Dez. 2015. (A1).

YOKOTA, M. **A experiência de melhora dos sintomas através de arte-terapia em adolescentes com depressão refratária**. Tese de doutorado. Faculdade de Medicina da Universidade de São Paulo. Área de concentração: fisiopatologia experimental. 137f. São Paulo, 2003. (A5)

Recebido em: 05/11/2020

Aceito em: 27/11/2020

Publicado em: 11/2021



ARTIGOS DE ATUALIZAÇÃO OU DIVULGAÇÃO

5 – Lançamento do livro: ARTETERAPIA NA SAÚDE: DA DOR À CRIATIVIDADE

Ana Cláudia Afonso Valladares-Torres¹²



Fig. 1 – Capa do livro: VALLADARES-TORRES, A. C. A. *Arteterapia na saúde: da dor à criatividade*. Curitiba, PR: CRV, 2021. 166p. Vol.1. Livro impresso e Ebook. Doi: 10248249786558687634. Disponível em: <https://editoracrv.com.br/produtos/detalhes/35512-arteterapia-na-saudebr-da-dor-a-criatividade-brcolecacao-arteterapia-volume-1>. ISBN 9786558687634. ISBN digital: 978-65-5868-762-7. 166p.

SUMÁRIO

Introdução

Parte 1 – Arteterapia no contexto hospitalar pediátrico: um estudo de caso

Parte 2 – Arteterapia como auxiliar na reabilitação de adolescentes usuários de drogas psicoativas

Parte 3 – Arteterapia, Jung e psiquiatria

Parte 4 - Arteterapia como suporte emocional para situações de crise

Considerações Finais

Referências

Resumo: Este livro aborda a Arteterapia aplicada à saúde, tanto na prevenção, quanto na promoção e na reabilitação em saúde. Relata-se, inicialmente, no primeiro capítulo, um estudo de caso com uma criança hospitalizada, que foi o resultado de uma pesquisa de intervenção em Arteterapia. Abordaram-se conceitos de arte, de Arteterapia e de hospitalização pediátrica e todo o percurso metodológico de um estudo de caso que foi desenvolvido em um hospital geral, especializado em doenças infectocontagiosas em Goiânia-GO. No capítulo segundo, apresenta-se uma experiência de se trabalhar a Arteterapia voltada para o público adolescente dependente de drogas de um Centro de Atenção Psicossocial - álcool e outras drogas infantojuvenil (CAPS-ad i II) em Goiânia-GO. O capítulo três descreve a experiência de Arteterapia com adultos com transtornos mentais graves, que foi desenvolvida em um Centro de Atenção Psicossocial adulto (CAPS II), com portadores de transtornos mentais graves do interior de São Paulo. E, finalmente, no capítulo quarto, trata-se do tema Arteterapia como suporte emocional nas situações de crise emocional. Esse capítulo resgata a teoria e intervenção na Crise, descreve o impacto emocional do COVID-19 (abreviatura de *Coronavirus Disease 2019*) ilustrado pelo relato de jovens universitários em Brasília-DF e apresenta estratégias de enfrentamento em Arteterapia, que podem servir de antídoto criativo para as pessoas lidarem melhor com os problemas emocionais

¹² Arteterapeuta nº 001/0301- Associação Brasil Central de Arteterapia (ABCA), Doutora em Enfermagem Psiquiátrica pela USP e Prof^a Adjunto da UnB, Membro fundadora da ABCA. Brasília-DF, Brasil. E-mail: aclaudiaval@unb.br

negativos que possam surgir em um processo de crise. Este capítulo trouxe um novo modelo inédito, criativo e lúdico de intervenção em crises emocionais.

Palavras-chaves: Arteterapia; Terapia pela arte; Saúde mental; Teoria Junguiana; Cuidar em saúde; Práticas integrativas e complementares de assistência à saúde; Estratégias em promoção; prevenção e intervenção em saúde mental.

Art therapy in health: from pain to creativity

Abstract: This book addresses Art therapy applied to health, both in prevention, as well as in health promotion and rehabilitation. Initially, in the first chapter, a case study with a hospitalized child is reported, which was the result of an intervention research in Art therapy. Concepts of art, Art therapy and pediatric hospitalization and the entire methodological path of a case study that was developed in a general hospital, specialized in infectious diseases in Goiânia-GO, were approached. The second chapter presents an experience of working with Art therapy aimed at the adolescent drug-dependent public at a Psychosocial Care Center - alcohol and other drugs for children and adolescents (CAPS-ad i II) in Goiânia-GO. Chapter three describes the experience of Art therapy with adults with severe mental disorders, which was developed in an adult Psychosocial Care Center (CAPS II), with patients with severe mental disorders in the interior of São Paulo. And finally, in chapter four, the theme of Art therapy as emotional support in situations of emotional crisis is dealt with. This chapter rescues the theory and intervention in the Crisis, describes the emotional impact of COVID-19 (short for Coronavirus Disease 2019) illustrated by the report of young university students in Brasília-DF and presents coping strategies in Art therapy, which can serve as a creative antidote for people to better deal with the negative emotional problems that may arise in a crisis process. This chapter brought a new, creative and playful model of intervention in emotional crises.

Keywords: Art therapy; Mental health; Junguian theory; Health care; Complementary and integrative practices in health care; Strategies on promotion; prevention and intervention in mental health.

Arteterapia en salud: del dolor a la creatividad

Resumen: Este libro aborda la Arteterapia aplicada a la salud, tanto en la prevención como en la promoción y rehabilitación de la salud. Inicialmente, en el primer capítulo se reporta un estudio de caso con un niño hospitalizado, que fue el resultado de una investigación de intervención en Arteterapia. Se abordaron conceptos de arte, Arteterapia y hospitalización pediátrica y toda la trayectoria metodológica de un estudio de caso que se desarrolló en un hospital general, especializado en enfermedades infecciosas en Goiânia-GO. El segundo capítulo presenta una experiencia de trabajo con Arteterapia dirigida al público adolescente drogodependiente de un Centro de Atención Psicosocial - Alcohol y otras drogas para niños y adolescentes (CAPS-ad i II) en Goiânia-GO. El capítulo tres describe la experiencia de la Arteterapia con adultos con trastornos mentales graves, que se desarrolló en un Centro de Atención Psicosocial para adultos (CAPS II), con pacientes con trastornos mentales graves en el interior de São Paulo. Y finalmente, en el capítulo cuatro, se aborda el tema de la Arteterapia como apoyo emocional en situaciones de crisis emocional. Este capítulo rescata la teoría e intervención en la Crisis, describe el impacto emocional del COVID-19 (abreviatura de Coronavirus Disease 2019) ilustrado por el informe de jóvenes universitarios en Brasília-DF y presenta estrategias de afrontamiento en Arteterapia, que pueden servir como un antídoto creativo para que las personas enfrenten mejor los problemas emocionales negativos que pueden surgir en un proceso de crisis. Este capítulo trajo un modelo de intervención nuevo, creativo y lúdico en crisis emocionales.

Palabras clave: Arteterapia; Terapia con arte; Salud mental; Teoría Junguiana; Cuidado de la salud; Prácticas complementarias y de integración en la atención de salud; Estrategias a la promoción, prevención y la intervención de la salud mental.

Recebido em: 05/01/2021

Aceito em: 27/01/2021

Publicado em: 11/2021

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, resultados 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.165-75, 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



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 Enfermería]. Espanha: Universidad de Murcia, Área Clínica, v.9, n.9, 10 p.00-00, nov. 2006. Disponível em: <http://www.um.es/eglobal/>



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.