ARTETERAPIA Cores da Vida
Ano 16 - Volume 27 - Edição Especial - 2020

ARTETERAPIA Cores da Vida

Ano 16 - Volume 27 - Número Edição Especial - 2020
Arteterapia em situação de pandemia do COVID-19

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
..... 03

EDITORIAL
.....
Arteterapia em situação de pandemia do COVID-19 06
Ana Cláudia Afonso Valladares Torres (DF-Brasil)

RELATOS DE CASO/EXPERIÊNCIA
.....
1 – **Arteterapia *on-line*: relato de uma experiência em tempo de pandemia** 07
Graciela Ormezzano e *Cláudia Zamboni de Almeida* (RS-Brasil)

2 – **Vivências arteterapêuticas online – o arteterapeuta em isolamento social** 21
Tania Cristina Freire (SP-Brasil)

3 – **A arte como recurso da relação psicoterapêutica - um estudo de caso sobre o luto através da Arteterapia** 29
Natávia de Figueiredo Machala Domingueti e *Karen Rosângela Silva de Souza Saviotti* (MG-Brasil)

4 – **Arteterapia: potencializando o melhor de si em tempos de pandemia do COVID-19 – uma proposta de ação** 41
Ana Cláudia Afonso Valladares-Torres (DF-Brasil)

5 – ***Conexão Elas* – roda, mulher e arte: acolhimento arteterapêutico durante a pandemia** 52
Júlia Maria de Santa Cruz Fontes (PE/SP-Brasil)

6 - **Oficina criativa de Assemblagem online durante a pandemia - um relato de experiência vivencial entre arteterapeutas** 65
Rita de Cássia Agueira Bassan (SP-Brasil)

7 – **Estratégias arteterapêuticas em período de isolamento social com deficientes intelectuais ou múltiplos da APAE** 71
Larissa Nayara Coelho Kimura (SP-Brasil)

ARTETERAPIA
Cores da Vida
Ano 16 - Volume 27 - Edição Especial - 2020

8 – **A escuta qualificada e a história ou conto de fadas que acessam o criativo como forma de cuidado em tempos de pandemia** 81
Flora Elisa de Carvalho Fussi (GO-Brasil)

9 – **Arteterapia com crianças de forma online - a tecnologia a nosso favor** 84
Luciana Machado dos Santos (RJ-Brasil)

ARTIGOS DE REFLEXÃO

……
10 – **Atendimento on-line em Arteterapia: ressignificando o ajustamento criativo** 90
Vinícius Andrade de Souza (BA-Brasil)

11 - **O ETC como possibilidade de trabalho em diferentes abordagens** 95
Marina Coppola Bento & Irene Gaeta (SP-Brasil)

12 - **Morte e renascimento em tempos de pandemia – possibilidades de intervenção arteterapêutica** 102
Cintia Garcia Cardoso (MG-Brasil)

13 - **Ainda somos os mesmos? Uma reflexão sobre Arteterapia e Telessaúde – diretrizes emergenciais na crise da COVID-19** 111
Mires Najar (GO-Brasil)

ARTIGOS DE ATUALIZAÇÃO OU DIVULGAÇÃO

……
14 - **Arteterapia promovendo respiros em tempos de incertezas** 119
Andréa Graupen e Karla Galvão Adrião (PE-Brasil)

15 – **O setting arteterapêutico em tempos de distanciamento físico – fones de ouvido, estratégias de atendimento em alerta e democratização da construção do estado de presença, um *Temenos* viável em tempos da pandemia** 130
Maira Bruce Valença (PE-Brasil)

16 – **A importância da arte para "pais" e "filhos" em época de pandemia – "um desafio"** 142
Ellen de Lourdes Pelliciari Fanfoni (MT-Brasil)

NORMAS PARA APRESENTAÇÃO DE TEXTOS A SEREM APRECIADOS PARA PUBLICAÇÃO

…… 147

MODELO DE DECLARAÇÃO DE TRANSFERÊNCIA DE DIREITOS AUTORAIS

…… 150

ARTETERAPIA
Cores da Vida
Ano 16 - Volume 27 - Edição Especial - 2020

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

Editora:
Profª Dra. Ana Cláudia Afonso Valladares Torres

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

Conselho Consultivo:
ABCA (Goiás)
Ana Cláudia Afonso Valladares Torres
Flora Elisa de Carvalho Fussi
Mires Najar
Regina Maria do Nascimento

AATESP (São Paulo)
Celso Luiz Falaschi
Dilaina Paula dos Santos
Lara Nassar Scalise
Regina Fiorezzi Chiesa

AARJ (Rio de Janeiro)
Ângela Philippini
Eveline Carrano
Lígia Diniz

AATERGS (Rio Grande do Sul)
Angélica Shigihara
Graciela René Ormezzano
Magda Pozzobon

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

ARTETERAPIA
Cores da Vida
Ano 16 - Volume 27 - Edição Especial - 2020

ASBART (Bahia)
Carla Silveira Maciel

AARTES (Espírito Santo)
Glícia Conceição Manso Paganotto

APAT (Paraná)
Mariel Wanderley Granato

AMART (Minas Gerais)
Otília Rosângela Souza

AAPB (Paraíba)
Robson Xavier da Costa

ACAT (Santa Catarina)
Sonia Maria Bufarah Tommasi

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

AAMA (Maranhão)
(a definir)

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

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.

ARTETERAPIA
Cores da Vida

Ano 16 - Volume 27 - Edição Especial - 2020

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
Maria Voula Toubas

1º. Tesoureira
Andréa Alves dos Santos Ribeiro

2ª Tesoureira
Ângela Maria Borges Goulart

Bibliotecário
Mires Najar

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

ARTETERAPIA
Cores da Vida
Ano 16 - Volume 27 - Edição Especial - 2020

EDITORIAL

ARTETERAPIA EM SITUAÇÃO DE PANDEMIA DO COVID-19

Com o COVID-19 nos colocando restrições em encontros presenciais, a Arteterapia teve que mudar sua estratégia de atendimento, deixou de ser uma experiência física para se tornar virtual e fizeram surgir muitas Lives neste contexto, aulas e atendimentos remotos. Tanto às Lives quanto às aulas e atendimentos remotos em Arteterapia foram maneiras criativas e inovadoras de contribuir para a continuidade e o crescimento inovador da Arteterapia, em especial no Brasil. O campo da Arteterapia sempre foi muito presencial pela materialidade das produções de materiais expressivos e sair desta zona de conforto não foi uma tarefa fácil ou simples. Entretanto, deu espaço para a troca de ideias, experiências e sentimentos que tanto enriquece nossa alma e nossos corações, pois nos aproxima de alguma forma e capaz de auxiliar a nos sustentar emocionalmente neste momento de crise. Vamos compartilhar neste momento algumas reflexões de arteterapeutas e que emergiram ao longo desta pandemia. Boa leitura!

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

COVID-19 pandemic art therapy

With COVID-19 placing restrictions on face-to-face meetings, Art Therapy had to change its service strategy, it stopped being a physical experience to become virtual and many Lives emerged in this context, classes and remote appointments. Both Lives and remote classes and appointments in Art Therapy were creative and innovative ways to contribute to the continuity and innovative growth of Art Therapy, especially in Brazil. The field of Art Therapy has always been very personal due to the materiality of the production of expressive materials and leaving this comfort zone was not an easy or simple task. However, it gave space for the exchange of ideas, experiences and feelings that both enriches our soul and our hearts, as it brings us closer in some way and capable of helping to sustain us emotionally in this moment of crisis. We are going to share at this moment some reflections of art therapists and that emerged during this pandemic. Good reading!

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

Arteterapia pandémica COVID-19

Con COVID-19 imponiendo restricciones a los encuentros presenciales, Arteterapia tuvo que cambiar su estrategia de servicio, dejó de ser una experiencia física para volverse virtual y en este contexto surgieron muchas Vidas, clases y citas remotas. Tanto las clases presenciales como las remotas y las citas en Arteterapia fueron formas creativas e innovadoras de contribuir a la continuidad y el crecimiento innovador de la Arteterapia, especialmente en Brasil. El campo de la Arteterapia siempre ha sido muy personal debido a la materialidad de la producción de materiales expresivos y salir de esta zona de confort no fue una tarea fácil ni sencilla. Sin embargo, dio espacio para el intercambio de ideas, experiencias y sentimientos que enriquecen tanto nuestra alma como nuestro corazón, ya que nos acerca de alguna manera y es capaz de ayudarnos a sostenernos emocionalmente en este momento de crisis. Vamos a compartir en este momento algunas reflexiones de los terapeutas de arte y que surgieron durante esta pandemia ¡Buena lectura!

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

ARTETERAPIA
Cores da Vida
Ano 16 - Volume 27 - Edição Especial - 2020

RELATO DE CASO/EXPERIÊNCIA

1 – ARTETERAPIA *ON-LINE*: RELATO DE UMA EXPERIÊNCIA EM TEMPO DE PANDEMIA

Graciela Ormezzano[1]
Cláudia Zamboni de Almeida[2]

Resumo: O tema do estudo refere-se ao atendimento *on-line* síncrono mediado por recursos audiovisuais de uma videoconferência. A relevância da experiência descrita reside na contribuição para o debate ao apresentar diferentes ideias no que respeita ao atendimento nessa modalidade. O objetivo do estudo foi descrever as atividades realizadas e refletir sobre as sessões de Arteterapia por atendimento *on-line* síncrono. O campo do estudo implica na coexistência de três espaços: o habitado pela participante, o habitado pela arteterapeuta e o ciberespaço. O processo arteterapêutico aconteceu em dois momentos distintos: seis encontros grupais e quatro individuais. Os participantes de ambos os sexos e diversas faixas etárias participaram como voluntários. As técnicas utilizadas foram desenho, recorte e colagem, modelagem em argila, costura ou bordado e escrita criativa. A metodologia utilizada nos encontros seguiu da mesma forma como se encaminha nos atendimentos presenciais: recepção dos participantes, consigna que motivara a atividade, expressão através das artes visuais, sentido dado à imagem produzida, *feedback* do grupo e do terapeuta. No texto foram descritos os encontros grupais e individuais, acompanhados das imagens produzidas por uma das participantes. Para as atividades *on-line* é preciso contar com dispositivos como computador ou smartphone que tenham recursos de câmera e microfone, além de uma ótima conexão com a internet. A intenção com a realização da experiência relatada foi contribuir com informações concretas para o debate sobre a Arteterapia *on-line* em atividades grupais e individuais. Diante disso, a experiência vivida permite afirmar que, em períodos de pandemia ou de qualquer outro tipo de calamidade, é possível realizar uma escuta afetiva e auxiliar as pessoas em seu desenvolvimento pessoal e profissional.

Palavras-chave: Arteterapia; Desenvolvimento humano; Pandemia.

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

Abstract: This study refers to the synchronous online service mediated by audiovisual resources of a videoconference. The relevance of this professional experience for this area is justified, in an attempt to contribute with the debate about different ideas presented with regard to online care in art therapy. The aim of the study was to describe the activities carried out and reflect on the art therapy sessions for synchronous online care. The field of study implies the coexistence of three spaces: the one inhabited by the participant, the one inhabited by the art therapist and the cyberspace. The art therapy process took place at two different times: six group meetings and four individual meetings. The participants were volunteers and formed two groups of three people each. The techniques used were drawing, cutting and pasting, modeling in clay, sewing or embroidery and creative writing. The methodology used in the meetings followed in the same way as in the face-to-face assistance: reception of participants, indication that motivated the activity, expression through visual arts, meaning given to the image produced, feedback from the group and the therapist. Group and individual meetings were described in the text,

[1]Mestre e Doutora em Educação pela Pontifícia Universidade Católica do Rio Grande do Sul. Pós-doutorado na Universidad Complutense de Madrid e na Universidade Estadual de Santa Catarina. Especialista em Arteterapia em Educação e Saúde pela Universidade Cândido Mendes. Professora de Escultura pela Escuela Nacional de Bellas Artes Prilidiano Pueyrredón, Buenos Aires, Argentina; Licenciada em Educação Artística: Habilitação em Artes Plásticas pela Universidade Federal do Rio Grande do Sul. Professora convidada dos Curso de Pós-Graduação *Lato Sensu* em Arteterapia da Universidade de Passo Fundo e da Universidade de Caxias do Sul. Endereço para correspondência: Rua Ângelo Bortolini, 341 – Bairro Boqueirão – Passo Fundo – RS – CEP: 99036-661 E-mail: gormezzano@upf.br

[2]Mestra em Comunicação e Semiótica pela Pontifícia Universidade Católica de São Paulo. Licenciada em Educação Artística: Habilitação em Artes Plásticas pela Universidade de Caxias do Sul. Professora com Formação para EAD na Universidade de Caxias do Sul. Endereço para correspondência: Rua Paul A. Harrys, 226 - Apartamento 501 - Bairro Cinquentenário - Caxias do Sul – RS - CEP: 95012-430 E-mail: claudiazamboni@gmail.com

ARTETERAPIA
Cores da Vida
Ano 16 - Volume 27 - Edição Especial - 2020

accompanied by images produced by one of the participants. For online activities you need to have devices such as a computer or smartphone that have camera and microphone capabilities, in addition to a great internet connection. It is necessary to have some flexibility to deal with unforeseen events, such as the inability to share the camera, drops in connection, delay in communication. The intention with carrying out the reported test was to contribute concrete information to the debate on online art therapy in group and individual activities. Although this experience allows us to affirm that, in periods of pandemic or any other type of calamity, it is possible to listen emotionally and assist people in their personal and professional development.

Keywords: Online Art therapy; Human development; Pandemic.

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

Resumen: El tema del estudio se refiere al servicio síncrono en línea mediado por recursos audiovisuales de una videoconferencia. La relevancia de esta experiencia profesional, para esta área de actividad, se justifica como un intento de contribuir al debate sobre las diferentes ideas presentadas con respecto a la atención en línea en Arteterapia. El objetivo del estudio fue describir las actividades realizadas y reflexionar sobre las sesiones de Arteterapia para la atención síncrona en línea. El campo de estudio implica la coexistencia de tres espacios: el habitado por el participante, el habitado por el arteterapeuta y el ciberespacio. El proceso arteterapéutico tuvo lugar en dos momentos diferentes: seis reuniones de grupo y cuatro reuniones individuales. Los participantes fueron voluntarios y formaron dos grupos de tres personas cada uno. Las técnicas utilizadas fueron dibujar, cortar y pegar, modelar en arcilla, coser o bordar y escrita creativa. La metodología utilizada en las reuniones se siguió de la misma manera que en la asistencia presencial: recepción de participantes, indicación que motivó la actividad, expresión a través de las artes visuales, significado de la imagen producida, retroalimentación del grupo y del terapeuta. Las reuniones grupales e individuales se describieron en el texto, acompañadas de imágenes producidas por uno de los participantes. Para las actividades en línea, debe haber dispositivos como una computadora o un teléfono móvil que tengan capacidades de cámara y micrófono, además de una excelente conexión a Internet. Es necesario tener cierta flexibilidad para lidiar con eventos imprevistos, como la imposibilidad de compartir la cámara, las caídas en la conexión, el retraso en la comunicación. La intención de llevar a cabo la experiencia fue para contribuir con informaciones concretas al debate sobre el Arteterapia en línea en actividades grupales e individuales. Aunque esta experiencia nos permite afirmar con certeza que, en períodos de pandemia o cualquier otro tipo de calamidad, es posible escuchar afectivamente y ayudar a las personas en su desarrollo personal y profesional.

Palavras-clave: Arteterapia en línea; Desarrollo humano; Pandemia.

Introdução

O debate sobre o atendimento terapêutico *on-line* é recente, especialmente, se considerarmos que a popularização da comunicação via *web*, no Brasil, iniciou na década de 1990. Uma das principais críticas com relação ao atendimento nessa modalidade é a crença de "[...] que a relação terapêutica ficaria comprometida por um empobrecimento da comunicação não verbal, elemento considerado essencial à interação entre terapeuta e paciente. Preocupações éticas acerca da confidencialidade, da identidade de pacientes e terapeutas, dos papéis desempenhados na rede e do manejo de situações de emergência tomavam grande relevância" (PIETA; GOMES, 2014, p.20).

Em 2020, o debate ganha força frente à restrição ao contato físico e social por conta da pandemia gerada pelo Sars-CoV-2. Diante disso, as tecnologias de transmissão de áudio e imagem em movimento, possibilitada pelos sistemas computacionais, passam a ser percebidas como recurso de comunicação relevante para o processo terapêutico.

Pieta e Gomes (2014) realizaram uma revisão de estudos em psicoterapia via internet. O levantamento demonstra que, em muitos casos, não há diferenças significativas entre o atendimento presencial e o virtual. Os autores mencionam que, em algumas situações, houve benefício no atendimento *on-line*, atribuído ao esforço e à responsabilidade do paciente em superar as dificuldades de comunicação no meio digital. Os estudos revelam, também, que o atendimento *on-line* favorece a adesão do paciente no sentido de não abandonar o tratamento, além de aliviar os sintomas decorrentes de transtornos.

Cabe destacar que o foco aqui é o atendimento *on-line* síncrono mediado pelos recursos audiovisuais de uma videoconferência. Nessa modalidade, podemos dizer que o encontro face a face acontece, pois é possível ler as expressões faciais das pessoas envolvidas. Do mesmo modo, há o acesso às expressões verbais carregadas

de aspectos emocionais. Enfim, alguns códigos emitidos pelo paciente são acessíveis pelo terapeuta, porém é preciso aprender a ler outros códigos de comportamento que são manifestados na comunicação virtual.

Um estudo conduzido por Siegmund e Lisboa (2015) investigou a percepção dos profissionais com relação à orientação psicológica *on-line*, tendo como foco a relação estabelecida com os clientes. Os resultados apontam que alguns dos profissionais que participaram da pesquisa "[...] consideram o vínculo virtual bastante semelhante ao presencial, pois continua sendo uma relação na qual o cliente procura auxílio e o profissional busca ajudá-lo. Outros o consideram essencialmente diferente, uma vez que o tipo de contato é distinto e, portanto, a relação é outra. Entretanto, os entrevistados foram unânimes em afirmar que é possível estabelecer um vínculo adequado com o cliente" (SIEGMUND; LISBOA, 2015, p.176).

Os dispositivos tecnológicos estão imbricados no cotidiano, o que impacta nos modos de estar no mundo. Nesse cenário, até mesmo a noção de mundo está em constante reconfiguração, pois se expande a fronteira entre os territórios físico e virtual, público e privado, levando a que essas instâncias se mesclem a cada passo. No campo da saúde, "[...] espaços infocomunicacionais ubíquos possuem diferentes vias e redes que se formam através de pessoas e objetos, dados e informações, estabelecendo assim novas perspectivas para áreas que até então ficavam restritas a esferas privadas. Com a evolução das tecnologias, que se tornam intimamente presentes no cotidiano dos indivíduos, forma e conteúdo, dados e informações pessoais ganham a esfera pública de compartilhamento em um espaço híbrido. Essas dinâmicas constituem as atuais redes de informação sobre a saúde. Nelas as interações formam uma linha tênue entre o público e o privado" (COPETTI, 2018, p.42).

Uma das preocupações, quando se fala em terapias *on-line*, é a privacidade. Porém, em certa medida, os aspectos de identidade e comportamentos de pessoas e grupos que utilizam a internet já estão expostos, na medida em que a navegação na web revela "[...] muito sobre a nossa personalidade, a situação se torna ainda mais crítica quando consideramos nossos rastros, que na maior parte das vezes são invisíveis para os humanos mas facilmente observados e analisados por máquinas" (GABRIEL, 2018, p.77). No âmbito terapêutico, a privacidade deve ser preservada, contudo, convém ressaltar que a humanidade está cada vez mais transparente para os sistemas computacionais, independentemente de seu consentimento.

Por um lado, Laura Spinelli, Julia Fisher e Nina Barbieri (2020, [s.p.]), três terapeutas dos Estados Unidos, anunciam seu trabalho *on-line* na página intitulada *Creative Alternatives*, na qual oferecem o serviço de Arteterapia nos seguintes termos: "Semelhante à terapia convencional, não há uma única maneira de uma sessão se desenrolar. O tratamento é variado com base nas necessidades e objetivos individuais. Às vezes, a arte pode ser espontânea ou talvez uma discussão acenda uma ideia para uma imagem; portanto, durante a sessão, você pode criar com o arteterapeuta como uma "testemunha" do seu processo (isso pode ser conseguido simplesmente ajustando a câmera do computador na sua câmera...). [...]".

Por outro, Monica Gobourne (2020), do Reino Unido, afirma que muitas pessoas preferem o tratamento *on-line* ao presencial porque essa possibilidade, além de poupar o tempo de translado do lugar em que se encontram até o atelier de Arteterapia, torna mais fácil se abrir e falar com espontaneidade, pelo fato de o arteterapeuta não estar no mesmo espaço que os clientes. A autora acrescenta que algumas pesquisas, embora não indique quais, têm mostrado que a Arteterapia via Skype facilita a desinibição das pessoas durante as sessões.

Por sua vez, Danya Loyola (2020) comenta que as sessões de Arteterapia *on-line* são indicadas para todas as idades, podendo ser oferecidas em organizações ou em encontros particulares *on-line*, individuais ou grupais. Ela sugere, também, que sejam utilizadas técnicas de arte digital.

Justificamos a relevância dessa vivência profissional para nossa área de atuação, na tentativa de contribuir com o debate sobre as diferentes ideias apresentadas no que respeita ao atendimento *on-line* em Arteterapia. São ideias que, ao nosso entender, nem sempre possuem base científica. Evidentemente, o atendimento *on-line* exige familiaridade, tanto do paciente como do terapeuta, com a comunicação mediada por tecnologias digitais. Nesse sentido, é preciso avaliar se a resistência às terapias *on-line* acontece pela dificuldade de lidar com a ausência do encontro físico entre os envolvidos ou pela falta de intimidade com os recursos que possibilitam o encontro virtual. Ainda, é necessário considerar que algumas estratégias possíveis no ambiente digital não são favorecidas no ambiente presencial e que o contrário também acontece. Assim, não cabe julgar se uma situação é melhor ou pior do que a outra, pois são contextos diferentes, cada um com limitações e possibilidades.

Coube, então, perguntar-nos: se a psicoterapia via internet não mostrou diferenças significativas entre os diferentes atendimentos presencial e virtual e, ainda, favoreceu a adesão de alguns participantes, é possível que o mesmo aconteça com a Arteterapia, considerando a importância do fazer artístico e da simbolização através de imagens visuais?

O nosso objetivo, nessa experiência, foi movido pela urgência de dar uma resposta às pessoas que, havendo tido contato anterior com Arteterapia ou não, sentiam-se angustiadas, deprimidas e abandonadas ante o desespero da solidão ou do extremo convívio em grupos familiares marcados por contínuas desavenças. Entretanto, para este relato de experiência, estabelecemos como recorte descrever as atividades realizadas e refletir sobre as sessões de Arteterapia por atendimento *on-line* síncrono mediadas por recursos audiovisuais.

Aspectos metodológicos

ARTETERAPIA Cores da Vida
Ano 16 - Volume 27 - Edição Especial - 2020

No que respeita ao campo do estudo, é possível afirmar que a Arteterapia *on-line* síncrona implica na coexistência de três espaços: o habitado pela participante, o habitado pela arteterapeuta e o ciberespaço, cada qual com suas especificidades e dinâmicas.

Ante a situação de isolamento social que vivenciamos desde o final de março do presente ano, resolvemos convidar algumas pessoas para participar como voluntárias de uma experiência de Arteterapia *on-line*. O convite foi uma ação decorrente da manifestação das pessoas sobre diversos desconfortos circunstanciais. Todo o trâmite (convite, adesão voluntária, práticas) ocorreu por meio de um aplicativo de mensagens de textos verbais e não verbais. Tal aspecto foi relevante por indicar a intimidade com a comunicação digital. O processo arteterapêutico nessa modalidade, sem nenhum custo para os voluntários, aconteceu em dois momentos distintos: seis encontros grupais e quatro individuais.

Assim, foram formados dois grupos de três pessoas cada um, totalizando seis participantes de ambos os sexos, com idades entre 18 e 62 anos, residentes no Rio Grande do Sul, sendo duas comerciárias, duas docentes, uma profissional liberal e um funcionário público; quatro casadas e dois solteiros. A metodologia de trabalho das sessões grupais é apresentada na Tabela 1.

Tabela 1 - Sessões em grupo

Encontro	**Tema/Consigna**	**Técnica utilizada**
1	Contrato e percepção das dificuldades que cada paciente enfrentava. Visualização para conexão com a energia pessoal.	Desenho
2	Arteterapia sistêmica, considerando antepassados até a sétima geração.	Recorte e colagem
3	Arteterapia sistêmica, considerando família e amigos próximos.	Mandala
4	Que forma tem o meu medo e como transformá-lo?	Mosaico de papel
5	Mito de Perséfone: o que está morrendo em mim durante a pandemia? O que está renascendo em mim com as sementes engolidas neste período escuro?	Escrita criativa
6	Texto de uma avó e sua neta sobre a importância da costura. O que é possível costurar dos encontros grupais com Arteterapia *on-line*, aqui e agora?	Costura e/ou bordado

Simultaneamente à conclusão dos encontros grupais, houve a troca da bandeira vermelha para a laranja, que, no âmbito do modelo de distanciamento controlado em vigor no Rio Grande do Sul, indica o risco médio, ou seja, esse é o momento em que a capacidade do sistema de saúde opera com restrições e há baixa propagação do vírus, ou há alta capacidade do sistema de saúde e média propagação do vírus. Tal situação fomentou a abertura parcial do comércio e de algumas atividades laborais, o que amenizou os desconfortos manifestados pelos participantes. Do grupo inicial, aderiram ao atendimento *on-line* individual quatro mulheres, com idades entre 38 e 62 anos, residentes no Rio Grande do Sul, sendo uma comerciária, duas docentes e uma profissional liberal; todas casadas. Dentre elas, selecionamos uma participante pelo critério de assiduidade e por termos sido autorizadas a publicar as imagens por ela produzidas. A metodologia de trabalho das sessões individuais da paciente, cujo pseudônimo é Cibiela, está demonstrada na Tabela 2.

Tabela 2 - Sessões individuais

Encontro	**Tema/Consigna**	**Técnica utilizada**
1	Caos – Ordem – Controle	Desenho com corante alimentício (líquido)
2	Visualização de encontro com a mãe	Modelagem em argila
3	Labirinto celta	Desenho
4	Manifestação da energia no cotidiano	Mandala negro

Sobre a metodologia utilizada nos encontros *on-line* síncronos, podemos asseverar que seguiu da mesma forma como se encaminha nos atendimentos presenciais (ORMEZZANO, 2013): recepção dos participantes; consigna que motivará a atividade através de imaginação dirigida, música, leitura de texto ou o que for necessário para a sessão; expressão através de alguma técnica de artes visuais; sentido dado à imagem produzida; e, por último, *feedback* do grupo e do terapeuta.

Descrição dos encontros grupais

Iniciamos as sessões com o contrato, instrumento que estabelece o compromisso e apresenta os princípios norteadores do espaço terapêutico, indicando datas de início e fim dos seis encontros *on-line* grupais, dias e

horários, atitudes éticas do terapeuta e dos participantes, reforçando a importância do sigilo sobre os depoimentos.

Primeiro encontro on-line grupal

Cada participante fez uma exposição sobre as dificuldades enfrentadas no início da pandemia. Realizamos exercícios de respiração, distensão e visualização para conexão com a energia pessoal. A respiração foi acompanhada da distensão de cada parte do corpo, uma vez que todos relataram estar sentindo muita tensão ante os acontecimentos. Na sequência, o corpo foi se transformando em uma árvore, cujas raízes chegavam até o centro da Terra e seus galhos até o centro do Universo. Cibiela fez um desenho pastel oleoso (Fig. 1).

Fig. 1 - Desenho com pastel oleoso: Enraizamentos[3]

Referiu ter sentido muito calor durante o exercício de imaginação dirigida e os braços presos à terra. Associou esse fato à grande exigência para cumprir todos os papéis sociais que lhe competem no momento: mãe, professora, esposa, etc. Também comentou que faltava conexão entre as raízes e a parte verde. Essa conexão com as raízes foi trabalhada no segundo encontro, quando tratamos dos antepassados.

A imaginação dirigida foi utilizada em quase todos os encontros e está baseada na estimulação verbal do terapeuta durante a execução da atividade, diferente da imaginação ativa proposta por Jung, que se dá em uma situação solitária e demanda profunda entrega aos conteúdos que surjam (CONTI, 2016). É mister considerar que essa técnica, que possibilita penetrar nos domínios do inconsciente, pode ativar, igualmente, os órgãos sensoriais. Nesse caso, a paciente sentiu calor e um peso nos braços.

Segundo encontro on-line grupal

Depois de uma primeira conversa sobre os principais acontecimentos da semana e os sentimentos que despertaram, foi feita uma visualização envolvendo os 254 antepassados até a sétima geração. Homens e mulheres que nos precederam e nos influenciam com suas dores, triunfos, emoções, doenças e forças que permitiram estarmos aqui hoje. Foram realizados exercícios de gratidão e libertação dessas memórias familiares e, também, de imaginação de um círculo de homens contendo outro círculo de mulheres. Cibiela, ao ser colocada no meio das rodas, recebeu um presente e uma mensagem.

[3] Os títulos das figuras foram atribuídos pela autora das imagens

ARTETERAPIA
Cores da Vida
Ano 16 - Volume 27 - Edição Especial - 2020

Fig. 2 - Colagem: As guardiãs

No depoimento sobre a produção, Cibiela iniciou com o relato de que estava conseguindo vivenciar mais adequadamente os papéis na situação doméstica. Seguiu dizendo ter ganhado fé e confiança de duas guardiãs femininas e recebido de presente uma luz dourada que foi aplicada na escolha das cores da colagem criada (Fig.2). Comentou, ainda, considerar a imagem muito fálica, sugerindo que feminino e masculino se encontram ali presentes.

Consideramos fundamental que cada pessoa reconheça a herança ancestral deixada pelos seus antepassados, que faz parte de sua história de vida, ficando gravada no corpo e na alma, e cuja transmissão pode ocorrer pela memória genética ou pela oralidade. Tomamos como base a teoria de Bert Hellinger, quando afirma sobre a importância de reconhecermos o valor das nossas origens, mas não de forma absoluta, porém agradecendo pela possibilidade de pertencimento à nossa família, respeitando a ordem de chegada, dando e recebendo amor e gratidão pela vida (HELLINGER; HÖVEL, 2006).

Como todos nós estamos “emaranhados”, expressão utilizada por Hellinger ao se referir ao modo como nos comportamos em relação às nossas famílias, fomos buscando uma forma de limpar gradualmente esse campo energético sistêmico. O anseio de participar do grupo familiar, de manter a consciência tranquila para não perder o direito de pertencimento é fundamental, mas isso não impede de fazer as próprias escolhas.

Terceiro encontro on-line grupal

Após uma conversa introdutória sobre as novidades da semana, Cibiela se queixou do comportamento da filha, por estar muito inquieta, uma vez que não pode mais ir à escola, nem sair de casa. Como continuidade do segundo encontro *on-line*, foi feita uma visualização, envolvendo as relações com as pessoas do nosso sistema e da nossa geração: cônjuges, irmãos, filhos, primos, sobrinhos, amigos que são considerados como da família. A ideia foi produzir um mandala que, no exercício de imaginação dirigida, atuava como um espelho redondo no qual as pessoas poderiam se ver refletidas ou não.

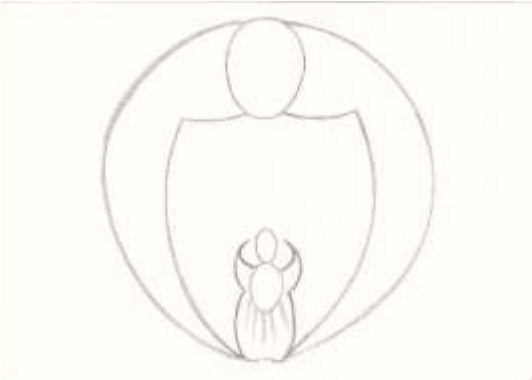


Fig. 3 - Desenho com grafite: Completude

A participante disse estar bem, no geral, mas com altos e baixos. No mandala (Fig. 3), desenhou somente a si mesma e a filha, porque considera que essa relação lhe dá uma sensação de completude, na qual as ausências não importam. Comentou que está em uma vigilância constante para respeitar os espaços do marido e da filha,

sendo necessário dividir a casa em locais de trabalho, estudo, lazer, alimentação e descanso, apesar das "garrinhas", como representação de controle, que aparecem em algumas ocasiões.

Hellinger utiliza a terapia sistêmica sob uma abordagem fenomenológica, que permite deixar de lado tudo o que é preconcebido e olhar com certo distanciamento para o que está emergindo (HELLINGER; HÖVEL, 2006). É muito significativo olhar para todos os participantes, inclusive para os que estão ausentes na imagem. É extraordinário amar as pessoas como elas são, aceitá-las, não importando qual seu destino ou quais seus problemas. Reconhecer o que percebemos de nossas famílias com certo distanciamento. A participante referiu que as ausências não importam, o que significa que essas ausências foram vistas.

Quarto encontro on-line grupal

Muitos temores foram relatados durante este período, em torno da Covid-19: as possibilidades de ser contagiado ou ser vetor de contágio assintomático, prejudicando os seres queridos; estado de privação social ao qual grande parte da população está submetida; presença das mídias sensacionalistas; sensação de ausência de rumo para um tratamento adequado dos profissionais da saúde ante o desconhecimento do vírus; e falta de sensação de cuidado à população por parte de algumas autoridades competentes.

Para essa sessão, escolhemos duas cores de papel. Uma delas expressava o medo, que teve uma forma recortada com as mãos; logo, essa forma foi triturada simbolicamente; depois, realizamos um exercício de imaginação dirigida para transformá-la; e, por último, foi feito um mosaico com os papéis (Fig. 4), representando a nova forma.

Fig. 4 - Colagem: Em busca do equilíbrio

O medo que emergiu estava relacionado com o próprio corpo, no sentido de que ele não responda às necessidades de movimentação, ficando enrijecido ou enfraquecido pelo envelhecimento ou pela doença. Cibiela representou uma figura humana dividida em duas partes. O lado direito da figura representada é mais rígido e o lado esquerdo, mais leve e flexível. Apesar de, aparentemente, o corpo estar equilibrado no lado direito, a participante relatou que sua segurança e vivacidade estavam representadas no lado esquerdo. Considerando que Cibiela se projetou na imagem, ao dizer que aquele corpo seria o seu, entendemos que sua segurança pode estar no lado direito do cérebro.

O aspecto verbal, racional e analítico fica localizado no hemisfério esquerdo do cérebro, entretanto, o intuitivo, emocional e simbólico localiza-se no hemisfério direito. A habilidade para criar é resultado de um estado meditativo, no qual podem surgir emoções e sentimentos. As emoções são mais primitivas, como o medo, e os sentimentos passam pelo filtro da consciência (TRUCOM, 2014).

Tendo em vista que se trata de uma colagem que reflete a postura de alguém dançando, podemos observar a passagem pela consciência implícita na proporção da silhueta, ponderando o material que foi empregado e indicando que a emoção foi olhada e transformada em sentimento para poder se libertar. Também, estimamos que a autora é uma pessoa cuja profissão está vinculada às artes visuais, então, é muito provável que o lado mais forte do seu cérebro seja o direito.

Quinto encontro on-line grupal

ARTETERAPIA
Cores da Vida
Ano 16 - Volume 27 - Edição Especial - 2020

Foi apresentado ao grupo o mito de Perséfone, a donzela que é raptada pelo deus Hades, levada para o submundo para unir-se com ele em matrimônio e obrigada a comer uma semente de romã para impedir sua saída. Sua mãe Deméter não se conforma com a situação e aplica uma vingança aos habitantes da Terra e do Olimpo. Zeus intervém e chegam a um acordo no qual Perséfone passará metade do ano com a mãe na Terra e a outra metade com o esposo no Mundo Inferior. Porém, ela não é mais a mesma! Sua estada no Mundo Inferior a transformou radicalmente: Core/Perséfone, a donzela, morreu para transformar-se na Rainha do Mundo Subterrâneo, que, junto com seu marido Hades, governava as almas dos mortos e tinha o papel de juíza da humanidade depois da vida (BRANDÃO, 2000). Esse mito pode nos trazer vários ensinamentos, então, sugerimos que respondessem: o que está morrendo em mim durante esta pandemia? O que está renascendo em mim com as sementes engolidas neste período escuro? Respondendo à primeira questão, Cibiela escreveu:

Me despeço da necessidade do mundo físico.
Fica comida, fica família.
Família que passa a invadir o que tinha como solitude.

Me despeço de uma parte que não sei se conheço.
Há perdas que só serão dimensionadas com o tempo, com a vida.

E, como resposta à segunda pergunta, ela registrou estes versos:

Desprendimento...
Um outro tipo de proximidade
de eu mesma
e dos outros que não eu
O eu que fica, que renasce, não sei como será
Depende do que encontrará.

Firmeza e flexibilidade
Qual usar?

Uma divindade como Perséfone, que reúne vários aspectos, pode aparecer facilmente só sob um deles, aquele com o qual o observador se identifica. O mito serve para nos revelar que a filha não pode se ver separada da mãe na sua origem, que a ideia da deusa mãe e da deusa filha forma uma unidade e, ao mesmo tempo, sugere o renascimento. A mitologia implica numa atividade espiritual que cria figuras que podem trazer um valor real ao nosso mundo (JUNG; KERÉNYI, 2012).

A bela donzela que foi raptada acabou se tornando mulher e rainha, formando um sólido casal com seu esposo, inspirando o mesmo terror que Hades, levando a que todos os mortais a obedeçam e superando todas as potências funestas, como soberana do mundo subterrâneo. Assim, dos confins do reino da morte, ela ressurge como potência da vida que segue ano após ano.

Sexto encontro on-line grupal

Optamos por imaginar uma cena na qual estavam uma avó e sua neta, enquanto fazíamos a leitura de um texto de Elena Bernabè (2020, [s.p.]) que trata do diálogo sobre a importância da costura e do bordado. Em um fragmento, diz a autora: “Enquanto você move suas mãos é como se você movesse sua alma de forma criativa. Se você se deixar transportar pelo ritmo repetitivo do remendo e do bordado, você entra em um verdadeiro estado meditativo. Você consegue chegar a outros mundos. E o emaranhado de fios emocionais dentro de você se suaviza. Sem fazer mais nada”.

Após a leitura, solicitamos aos participantes que, por meio da costura ou do bordado, expressassem: o que é possível costurar dos encontros grupais com Arteterapia *on-line* aqui e agora?

ARTETERAPIA
Cores da Vida
Ano 16 - Volume 27 - Edição Especial - 2020

Fig. 5 - Costura e bordado: Dobras

Cibiela criou uma espiral com duas sementes, uma, mais leve, no meio do tecido; e outra, mais pesada, pendurada (Fig. 5). A semente pesada indica, segundo ela, uma busca pela leveza. Cibiela referiu, também, que está mais cansada e que a parte enrugada se justifica porque tem muitas coisas escondidas a desdobrar. Relatou, ainda, que enfrenta com prazer e ansiedade tudo o que seja artesanato, porque quer ver o produto final. Philippini (2009) infere que, no processo arteterapêutico, a introdução da costura e do bordado dependerão de variáveis, nas quais há de prevalecer o campo simbólico, priorizando elaborações simples com linhas e agulhas sobre tecidos para não desmotivar a quem falta a experiência prévia.

Destacamos que, na última sessão grupal, a paciente alinhavou a ideia de continuar, porque precisa retomar e aprofundar algumas questões existenciais que surgiram até esse momento. Cibiela acrescentou: "*Já nesses seis primeiros encontros percebi a intensidade dos movimentos internos. Fiz psicoterapia em diferentes períodos da minha vida e, considerando essas experiências, posso afirmar que não há como comparar os encaminhamentos terapêuticos. Cada processo terapêutico experienciado teve sua importância, porém, a Arteterapia foi mais intensa no sentido de mobilizar questões pessoais numa outra perspectiva: a da representação simbólica por meio de recursos visuais. Foi com a Arteterapia on-line síncrona que o entendimento de como funciona o processo terapêutico se deu num outro nível de compreensão".*

Então, depois que todos falaram, realizamos um *feedback* relativo à nossa experiência, fazendo uma avaliação dos acontecimentos, e encerramos as sessões grupais conforme nosso contrato inicial. Com base nos discursos dos participantes dos dois grupos, abrimos um novo convite para quem desejasse dar continuidade em uma experiência de Arteterapia *on-line* individual.

Descrição dos encontros individuais

A realização da experiência aqui relatada está diretamente ligada à pandemia, pois tal situação impôs, repentinamente, a alteração das rotinas: novos protocolos de higienização pessoal, da casa e das compras feitas em farmácias ou supermercados. Os encontros entre familiares, amigos, colegas de trabalho e escola foram suspensos ou restringidos. Os passeios deixaram de acontecer, o planejamento de viagens foi interrompido. Novas rotinas de trabalho precisaram ser aprendidas e adaptadas ao ambiente doméstico. Os pais precisaram assumir a função de auxiliares dos professores, já que as aulas passaram a acontecer na modalidade a distância. A convivência familiar assumiu novos contornos, sem que houvesse tempo para combinar como as práticas habituais seriam rearranjadas.

Primeiro encontro on-line individual

Pelas razões acima enunciadas, e na tentativa de manter certa ordem dentro do caos formado pelas alterações no cotidiano, além de enfrentar os próprios desejos de controle, sugerimos a realização de um desenho com corante comestível (líquido) sobre papel, mas utilizando um canudinho em lugar dos instrumentos convencionais (Fig. 6). Era necessário, assim, em lugar de usar a mão, a pena ou o pincel, assoprar para fazer o desenho, o que não permite manter o controle sobre o que se está tentando desenhar. Não houve outra consigna além do próprio material utilizado.

Sobre a insegurança que o mergulho na tinta provoca e sobre um dos mais significativos aprendizados a fazer, Philippini (2009, p.38) escreve: "[...] deixar fluir, deixar sair, escorrer, extravasar, transbordar, abrir mão do

controle, não tentar controlar a forma e deixar-se levar pelo prazer da descoberta que vem insinuada por cada tom, cada mancha, cada espaço em branco".

Fig. 6 - Tinta soprada: Estraçalhado

A participante iniciou falando da relação com a filha, que está muito agressiva, e admitiu não estar conseguindo contornar a situação. Contou ter chorado muito durante a semana, porque não consegue lidar bem com isso. Pensa que talvez seja porque a menina está imatura para a escola, pois isso acontece quando precisa fazer as atividades de aula, que também estavam acontecendo na modalidade a distância.

Cibiela intitulou de "*Estraçalhado*" o desenho assoprado feito em nanquim verde escuro. Depois, sugerimos que tentasse organizar a imagem inicial. Como isso poderia ser feito? Então, passou uma linha suave na cor laranja, contornando a explosão em verde. Sentiu que, ao querer contornar a situação, revelava no final um desejo de controle. Falou para o marido que queria confiar na filha, no sentido de ela não fazer o que não é permitido, mas sabe que a menina não vai cumprir, porque teima e faz o que quer, principalmente quando está irritada, o que, no início do distanciamento social, acontecia com frequência. Assim, combinamos que ela iria usar menos firmeza e mais flexibilidade durante as atividades pedagógicas, na tentativa de melhorar a situação em casa, evitando o conflito e brincando mais. Pediu ajuda à psicóloga da filha para lidar com a situação. Sentia-se bastante angustiada por se dar conta de que, ao ajudar a filha, acabava tendo o mesmo comportamento da mãe, o que a inquietava.

Segundo encontro on-line individual

Realizamos uma visualização, lembrando do primeiro encontro, no qual Cibiela relatou haver pouco contato entre as partes verdes e as raízes; e também do último, quando não se sentiu bem ao ver que repetia o padrão materno. No exercício de imaginação dirigida, solicitamos que ela diminuísse de tamanho e entrasse no tronco de uma árvore, onde encontraria sua mãe, com a qual teria um diálogo, agradecendo pela vida, respeitando o destino da progenitora e libertando-se das mágoas pela falta de afeto de que necessitava. Usamos a batida do tambor para auxiliar no processo de imaginação dirigida. Esse instrumento permite atingir um discreto estado alterado de consciência, ou estado xamânico. Segundo Achterberg (1996, p. 38): "[...] embora esses instrumentos de trabalho não possam de modo algum ser separados ou subtraídos do conceito de xamanismo, não são os instrumentos e rituais que curam, mas o poder a eles conferido pela imaginação".

Fig. 7 - Modelagem em argila: Movimento e transformação

ARTETERAPIA
Cores da Vida
Ano 16 - Volume 27 - Edição Especial - 2020

Ela escolheu argila para este trabalho (Fig. 7). O elemento terra é o mesmo que corresponde ao tambor, à materialidade e à mãe pessoal. No encontro promovido pela imaginação dirigida, houve gratidão, perdão e o abraço nunca recebido. A atividade foi dividida em dois momentos. No primeiro, Cibiela fez uma caverna, expressando a mãe que não deseja ser. No segundo, remodelou a caverna, abrindo-a. Comentou que a transformação é feia enquanto está acontecendo, porque fica disforme. Contou que seus trabalhos sempre têm um lado estético, mas não se incomoda que esse não tenha; dessa vez, não se preocupa com isso. Sentiu a visualização leve e comentou: "*Já tinha clareza de que o processo arteterapêutico não se restringe à produção artística, o que foi reforçado com a experiência vivida*".

Terceiro encontro on-line individual

Um pouco antes do horário marcado para nosso encontro, enviamos uma imagem de um labirinto celta, comentando que esses labirintos se encontravam gravados nas paredes das igrejas do cristianismo primitivo ou desenhados nos jardins de ingresso aos templos (Fig.8). Solicitamos a Cibiela que tentasse memorizar a forma e utilizamos música celta do CD *Secret Garden* (SHERRY; LOVLAND, 2002). A escolha do labirinto deveu-se ao fato de Cibiela ter utilizado a espiral, de forma sutil ou explícita, em algumas das suas produções. Também, por ter falado que havia coisas escondidas que precisavam ser reveladas.

Em estudo anterior, percebemos que a imagem labiríntica simboliza a busca humana de interiorização. O caminho é único; pode haver obstáculos, falsas entradas ou saídas, dificuldades a serem superadas, até que, finalmente, chega-se ao *self* (ORMEZZANO; GONÇALVES & GALLINA, 2016). Então, fizemos um exercício de imaginação dirigida, entrando no labirinto e percebendo obstáculos que poderiam vir a ser enfrentados, dificuldades. Nesse exercício, ao chegar ao centro, depois de ter vencido todos os desafios, Cibiela receberia um presente.

Fig. 8 – Labirinto. Fonte: Labirinto celta (2020)

Fig. 9 - Desenho com pastel oleoso: Caldo revolto

A paciente relatou que teve dificuldades ao iniciar o desenho (Fig.9), porque uma parede imaginária a impedia de continuar. Recomeçou o percurso e, ao entrar no labirinto, sentiu enjoo e percebeu que estava por perto uma espécie de caldo escuro, oleoso e viscoso, misturado com água. Sentiu-se enjoada como parte de uma sensação de desorientação, não podendo enxergar, não sabendo aonde ir. Dentro do labirinto, Cibiela percebeu o líquido em movimento, que não se rebela totalmente, podendo simbolizar o Grande Mistério que afeta toda a humanidade. Ela disse que precisa de explicação sobre tudo, mas que nem tudo pode ser explicado, como o líquido escuro. O não saber lhe causa desconforto.

Nesses momentos, quando tudo parecia girar, apareceu a imagem de uma mulher jovem indígena, vestida com roupa de couro, na frente de um *canyon*. Uma águia também surgiu e pousou no ombro da indígena. A águia representa uma velha sábia. Ao chegar no centro do labirinto, recebeu de presente uma caixinha de luz branca. Ao voltar, todos os obstáculos sumiram, segundo ela, como em um videogame. Ao concluir a sessão, comentou: "*Posso dizer que, com os encontros individuais, outro nível de compreensão sobre a Arteterapia foi incorporado. No âmbito pessoal, foi como se outras camadas fossem desveladas de maneira sutil, profunda e poética*".

Quarto encontro on-line individual

A paciente iniciou a última sessão com a queixa de que está sendo muito exigida e que não tem energia para tudo o que está sendo requerido: família, casa e trabalho. O mandala negro expressa a espiritualidade no

cotidiano e também manifesta a energia de que ela dispõe na matéria. Seguindo a orientação que tivemos da mulher indígena que aparece, repetidamente, para Cibiela em sonhos ou em exercícios de imaginação, lembramos da antiga bênção no idioma *Nahuatl*, que é falado na região central do México. Então, pedimos que ela fechasse os olhos e escutasse as palavras de perdão, desapego e libertação que evocam o relacionamento de alguém consigo mesmo e com sua família, retirando sentimentos negativos e trazendo palavras de gratidão, de amor e da leveza que a paciente busca. A visualização foi acompanhada do som do chocalho ou maracá.

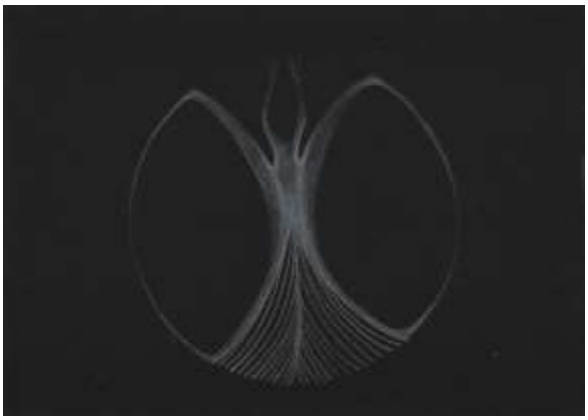


Fig. 10 - Desenho com lápis de cor: Dançante

Cibiela fez um mandala que intitulou como "*Dançante*" (Fig.10), mas não como algo festivo, senão como algo em aberto, oscilante. Disse não ter certeza de colocar a energia no que é prioritário, não sabendo exatamente o que pode ser ou não prioritário para si. Acrescentou que não sabe como conduzir a dimensão da espiritualidade, de origem católica, não praticante e tampouco descrente, mas afirmou que não lhe servem dogmas nem doutrinas. Não acredita que possa pedir algo a Deus, mas sente que o Universo lhe devolve aquilo que ela emana.

Ao fazer a visualização, dirigindo-se ao *canyon* onde encontrara a mulher indígena, sentiu um alívio nos ombros à medida que foi recebendo as palavras da bênção. Manifestou que honra o ser que é hoje, porque todas as experiências vividas foram o que a construiu. Sentiu-se muito bem e percebeu que gostaria de poder repetir essas palavras em breve. De acordo com Achterberg (1996), utilizar as aptidões da imaginação nos processos terapêuticos, que durante muitos milênios foram domínio dos xamãs, tomou um novo rumo. Agora isso está mais acessível à população em geral, contribuindo com o desenvolvimento da ciência, da tecnologia e das inovações em medicina, psicologia e outras áreas da saúde, sempre e quando assentarem seus pressupostos numa visão transpessoal.

Nessa sessão de fechamento do ciclo, nos colocamos disponíveis para qualquer esclarecimento que fosse necessário, ao que a paciente respondeu com muito interesse pelo processo vivenciado, relatando que: "*As duas experiências foram relevantes e contribuíram para compreender o processo terapêutico na perspectiva do autoconhecimento. Também os encaminhamentos iniciais (relaxamento, concentração na respiração, visualizações), o contato com os materiais expressivos, a produção artística, a fala sobre a produção, a escuta dos depoimentos dos outros participantes (quando foi o caso) e a continuidade dos encontros não foram novidades, pois já tinha passado pela experiência em algumas oficinas das quais havia participado. No entanto, essas etapas fazem outro sentido agora".*

Considerações finais

Uma das aflições dos profissionais está relacionada à intercorrência de alguma situação de emergência durante a sessão de Arteterapia. Na nossa experiência, não houve qualquer episódio dessa natureza. Há, implícita nessa preocupação, a ideia de que, se situações emergenciais ocorressem no presencial, as resoluções seriam efetivas e até mesmo conhecidas. Porém, sabemos, o *setting* terapêutico como um ambiente seguro e controlado é desejável, mas jamais atestado. Talvez seja o momento de pensarmos protocolos de segurança adequados à ideia de um "*setting* ampliado", como combinações com familiares ou acesso ao número de telefone de pessoas que estão próximas. O que não nos parece adequado é, por desconhecimento das especificidades e implicações do atendimento *on-line*, descartá-lo como alternativa para apoiar as pessoas em situações adversas como as que estão sendo vividas desde março de 2020. É oportuno mencionar o aspecto referente ao desconhecimento, pois o atendimento on-line síncrono não é uma prática recorrente no Brasil, assim, não há evidências científicas que atestem a sua ineficiência.

As atividades *on-line* envolvem aspectos técnicos e tecnológicos: é preciso contar com dispositivos como computador ou smartphone que tenham recursos de câmera e microfone, além de uma ótima conexão com a internet, e vale certificar-se de que o roteador, quando for o caso, esteja adequadamente instalado, ou que os equipamentos utilizados para comunicação estejam próximos à fonte de Wi-Fi. A comunicação assíncrona, via e-mail ou aplicativos de mensagens instantâneas, também é utilizada para, por exemplo, enviar lista de materiais, compartilhar imagens, recomendar que a bateria esteja carregada, entre outros encaminhamentos. Também, é preciso contar com certa flexibilidade, por parte dos envolvidos, para lidar com imprevistos, como impossibilidade de compartilhar a câmera, quedas na conexão, *delay* na comunicação.

Na experiência relatada, o ambiente onde a participante se encontrava, no momento da sessão de Arteterapia, era o de sua casa. Nele, estavam a filha de seis anos e o marido. Esse aspecto é mencionado porque o tempo e espaço da sessão precisou passar por uma combinação familiar, para que fosse respeitado. Esse é outro aspecto que pode caracterizar o atendimento *on-line*, pois não há o deslocamento do paciente até o ambiente em que está o terapeuta, como se fosse um ritual de desprendimento das rotinas cotidianas para dedicar-se a si próprio. Ou seja, não há uma parada abrupta; a terapia entra como algo que faz parte da rotina doméstica e pode reverberar de outra maneira no fluxo da vida. Com relação aos materiais, não houve dificuldade, porque Cibiela dispunha de recursos para as produções artísticas, por ser graduada em Artes Visuais. Além disso, a participante já havia mencionado que elementos de qualquer natureza podem ser utilizados como materiais expressivos, a exemplo de um selim e um guidão de bicicleta transformados numa cabeça de touro, como se pode observar na obra de Picasso, criada em 1931. Em situações como a relatada o arteterapêuta e o cliente precisam ser criativos.

A participante relatou que usa com regularidade as tecnologias de informação e comunicação e que a distância física entre os envolvidos não representou obstáculo para o estar junto. Pelo contrário, não teria participado se os encontros tivessem sido presenciais, pois as demandas domésticas e profissionais, além das distâncias geográficas, a impediriam de ter experienciado os benefícios da Arteterapia na situação de distanciamento social.

Consideramos que se fazem necessários mais estudos que avalizem os benefícios da Arteterapia na modalidade *on-line* síncrona em períodos de pandemia ou de qualquer outro tipo de calamidade. Entretanto, é possível afirmar que a experiência vivenciada nos permite dizer que é possível realizar uma escuta afetiva e auxiliar as pessoas em seu desenvolvimento pessoal e profissional. O desafio está posto, abrindo-se para novas possibilidades de estudo a serem realizadas por nós ou por outros arteterapêutas.

Por enquanto, a intenção com a realização do teste relatado foi contribuir com informações concretas para o debate sobre a Arteterapia *on-line* em atividades grupais e individuais. As duas formas de trabalho foram importantes para nossa experiência profissional e para os processos terapêuticos vividos pelos participantes. Apesar de que, aqueles que vivenciaram as duas opções comentaram que sentiram que os encontros individuais permitiam maior aprofundamento nas situações vividas por eles. À medida que o tempo foi avançando, os participantes relatavam que o momento do nosso encontro era aguardado com entusiasmo, pois era quando acalmavam as angústias, os medos e o estresse. E, como disse Cibiela: "*Percebi uma outra dimensão do processo arteterapêutico, aquela que não pode ser posta em palavras*".

Referências

ACHTERBERG, J. **A imaginação na cura: xamanismo e medicina moderna**. São Paulo: Summus, 1996.

BERNABÈ, E. **Costura terapêutica**. Disponível em: https://www.mastri.me/post/costura-terap%C3%AAutica Acesso em: 28 abr. 2020.

BRANDÃO, J. **Dicionário mítico-etimológico da mitologia grega**. Petrópolis, RJ: Vozes, 2000. v II.J-Z.

CONTI, S. R. **Imaginação ativa e imaginação dirigida na clínica junguiana**. São Paulo, 2016. Dissertação de Mestrado em Psicologia Clínica. Pontifícia Universidade Católica de São Paulo – PUCSP. Disponível em https://tede.pucsp.br/bitstream/handle/19713/2/Silvia%20Regina%20Conti.pdf Acesso em 15 jun 2020.

COPETTI, L. **Comunicação da Saúde na Internet: redes, aplicativos e tecnologias wearables**. 2018. Tese (Doutorado em Comunicação) – Programa de Pós-Graduação em Comunicação, Artes e Design. Pontifícia Universidade Católica do Rio Grande do Sul, 2018.

GABRIEL, M. **Você, eu e os robôs: pequeno manual do mundo digital**. São Paulo: Atlas, 2018.

GOBOURNE, M. **Creativity from within**: Online individual art therapy. Disponível em: http://creativityfromwithin.co.uk/Monica/online-individual-art-therapy/ Acesso em: 18 jun. 2020.

HELLINGER, B.; HÖVEL, G. T. **Constelações familiares**: o reconhecimento das ordens do amor. Trad. Eloisa G.Tironi e Tsuyuco Jinno-Spelter. 5. ed. São Paulo: Cultrix, 2006.

JUNG, C. G.; KERÉNYI, K. **Introducción a la esencia de la mitología**. Trad. Brigitte Kemann e Carmen Gauger. Madrid: Siruela, 2012.

LABIRINTO Celta. Disponível em: https://upload.wikimedia.org/wikipedia/commons/thumb/0/02/Classical_7-Circuit_Labyrinth.jpg/440px-Classical_7-Circuit_Labyrinth.jpg Acesso em: 19 jul 2020.

LOYOLA, D. O que é Arteterapia online? Disponível em: http://meuturo.com/o-que-e-Arteterapia-online/ Acesso em: 18 jun. 2020.

ORMEZZANO, G. Questões metodológicas da intervenção arteterapêutica em saúde mental. In: ORMEZZANO, G.; NEVES, S. M. (Orgs.) **Práxis em Arteterapia: vivências em educação e saúde**. Passo Fundo: UPF Editora, 2013. p.13-27.

ORMEZZANO, G.; GONÇALVES, C. B.; GALLINA, Fe. O fio de Ariadne: uma experiência exitosa no PET-Saúde Redes. In: GONÇALVES, Carla B.; ORMEZZANO, G.; TONDO, T. (Orgs.) **Práticas integrativas na rede de atenção psicossocial**: **humanização e Arteterapia**. Passo Fundo: UPF Editora, 2016. p.121-146. Disponível em: http://editora.upf.br/index.php/e-books-topo/66-Arteterapia/146-praticas-integrativas Acesso em: 16 jun. 2020.

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

PIETA, M. A. M.; GOMES, W. B. Psicoterapia pela Internet: viável ou inviável?. **Psicol. cienc. prof.**, Brasília, v.34, n.1, p.18-31, Mar. 2014. Disponível em: <http://www.scielo.br/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1414-98932014000100003&lng=en&nrm=iso>. Acesso em: 13 junho 2020. https://doi.org/10.1590/S1414-98932014000100003.

SHERRY, F.; LOVLAND, R. **Secret Garden**. Dublin: Andrew Boland, Windmill Lane Studios, 2002. CD.

SIEGMUND, G.; LISBOA, C. Orientação Psicológica On-line: Percepção dos Profissionais sobre a Relação com os Clientes. **Psicol. cienc. prof.**, Brasília, v.35, n.1, p.168-81, mar. 2015. Disponível em <http://www.scielo.br/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1414-98932015000100168&lng=pt&nrm=iso>. acessos em 13 jun. 2020. https://doi.org/10.1590/1982-3703001312012.

SPINELLI, L.; FISHER, J.; BARBIERI, N. **Creative alternatives**. Disponível em: https://creativealternativescounseling.com/services/ Acesso em: 18 jun. 2020.

TRUCOM, C. **Mente e cérebro poderosos: um guia prático para sua saúde psíquica e emocional**. São Paulo: Cultrix, 2014.

ARTETERAPIA Cores da Vida
Ano 16 - Volume 27 - Edição Especial - 2020

2 – VIVÊNCIAS ARTETERAPÊUTICAS ONLINE: O ARTETERAPEUTA EM ISOLAMENTO SOCIAL

Tania Cristina Freire [4]

Resumo: Em meio à pandemia do COVID-19 e a necessidade de isolamento social o arteterapeuta viu-se diante da necessidade de mudar seu olhar frente à forma de atuação. O objetivo do presente artigo é relatar a experiência vivida neste tempo de pandemia em um grupo de arteterapeutas, através de vivências arteterapêuticas online que foram conduzidas semanalmente por um integrante do grupo, vivências sensoriais, corporais, perceptivas e simbólicas e traçar relações com a abordagem do continnum das terapias expressivas (ETC). Como metodologia utilizamos questionário para verificar o olhar do profissional frente à sua participação no grupo e a descrição das vivências observando as atividades dentro da abordagem dos níveis do ETC (sensório-motor, perceptivo-afetivo, cognitivo simbólico). Verificamos que o processo de grupo de estudos de vivências arteterapêuticas online tem favorecido o profissional participante tanto em sua atuação profissional quanto em sua vida pessoal, também foram verificadas que as vivências propostas seguem os níveis do ETC trazendo ao grupo a criação de vínculo e percepções do aqui-agora em suas produções. Concluímos a necessidade do profissional em Arteterapia estar sempre em busca da sua formação e experimentação dos processos que irá disponibilizar ao seus clientes e que o grupo se fortaleceu em seus conhecimentos e também na criação de uma rede de apoio e trocas profundas, vivenciadas pela realidade do isolamento social.

Palavras-chave: Arteterapia, Pandemia, Isolamento Social, Grupos de Autoajuda.

Online Art therapy experiences: the art therapist in social isolation

Abstract: In the midst of the COVID-19 pandemic and the need for social isolation, the art therapist found himself faced with the need to change his view regarding the way of acting. The objective of this article is to report the experience lived in this time of pandemic in a group of art therapists, through online art therapy experiences that were conducted weekly by a member of the group, sensory, body, perceptual and symbolic experiences and to draw relationships with the approach of the continnum of expressive therapies (ETC). As a methodology, we used a questionnaire to check the professional's view of his participation in the group and the description of the experiences observing the activities within the approach of the ETC levels (sensorimotor, perceptive-affective, symbolic cognitive). We found that the study process group of online art therapy experiences has favored the participating professional both in his professional performance and in his personal life, it was also verified that the proposed experiences follow the levels of the ETC bringing to the group the creation of bond and perceptions of the here-now in your productions. We conclude the need for the professional in art therapy to be always in search of their training and experimentation of the processes that they will make available to their clients and that the group has strengthened in their knowledge and also in the creation of a support network and deep exchanges, experienced by the reality of the social isolation.

Keywords: Art therapy, Pandemics, Social Isolation, Self-Help Groups.

Experiencias de Terapia con Arte en línea: el terapia artística en aislamiento social

Resumen: En medio de la pandemia del COVID-19 y la necesidad de aislamiento social, el arteterapeuta se encontró ante la necesidad de cambiar su visión sobre la forma de actuar. El objetivo de este artículo es reportar la experiencia vivida en esta época de pandemia en un grupo de arteterapeutas, a través de experiencias de Arteterapia online que fueron realizadas semanalmente por un integrante del grupo, experiencias sensoriales, corporales, perceptivas y simbólicas y establecer relaciones con el enfoque de la continnum de las terapias expresivas (ETC). Como metodología, se utilizó un cuestionario para verificar la visión del profesional sobre su participación en el grupo y la descripción de las experiencias observando las actividades dentro del enfoque de los niveles ETC (sensorio-motor, perceptivo-afectivo, cognitivo-simbólico). Encontramos que el proceso de estudio

[4]Arteterapeuta AATESP 053/0305, Arte Reabilitadora, Mestre em Distúrbios do Desenvolvimento, Especialista em Neuropsicologia e Neuropsicopedagogia, graduanda em Psicologia. Arteterapeuta da ArteReab – Arteterapia, Reabilitação e Estimulação Cognitiva. E-mail: artereab@gmail.com

grupal de experiencias de Arteterapia online ha favorecido al profesional participante tanto en su desempeño profesional como en su vida personal, también se constató que las experiencias propuestas siguen los niveles de ETC trayendo al grupo la creación de vínculo y percepciones de la aquí-ahora en tus producciones. Concluimos la necesidad de que el profesional en Arteterapia esté siempre en busca de su formación y experimentación de los procesos que pondrá a disposición de sus clientes y que el grupo ha fortalecido en sus conocimientos y también en la creación de una red de apoyo e intercambios profundos, vividos por la realidad del aislamiento social.

Palavras-clave: Terapia con Arte, Pandemia, Aislamiento Social, Grupos de Autoayuda.

Introdução

Começamos o ano de 2020 como praticamente começamos todos os anos, com os nossos sonhos, nossos desejos, nossos projetos e toda a lista de afazeres de um início de ano. Até que no mês de março, algo que não coube a nossa vontade, nos faz parar.

Já em janeiro de 2020, a Organização Mundial da Saúde (OMS) declarou o surto do novo COVID-19 e com o avanço da doença, foi em 11 de março que a Covid-19 foi considerada uma pandemia (OPAS BRASIL, 2020).

Pela COVID-19 ter uma característica de rápida transmissão, tornou-se fundamental neste momento estabelecermos o isolamento social. Pegando a todos desprevenidos, gerando um misto entre descrença, medo e outros sentimentos tão presentes em momentos que não temos controle sobre uma situação.

As publicações científicas a respeito do impacto psicológico da COVID-19 e o isolamento social ainda estão sendo realizadas e por tempos ainda será necessário verificar a influência de tudo o que está ocorrendo, mas afirma Ornell et al. (2020) que maior que o número de pessoas infectadas será o de pessoas com questões relacionadas a saúde mental, com o aumento nos níveis de estresse e ansiedade.

Todas essas mudanças repentinas também impactaram em relação à rotina de trabalho de diversos profissionais. Mudanças do cotidiano, alterações nas formas de comunicação, resolução de problemas à distância, e para além dessas questões, a incerteza no emprego, tudo isso, afetando a saúde física e mental (COSTA et.al., 2020).

Neste período de pandemia uma das capacidades cognitivas que estão sendo colocadas em evidência no ser humano é a capacidade de tomada de decisões, segundo Costa et. al. (2020) no cenário de incertezas o ser humano foi colocado para tomar decisões tendo que olhar para as consequências a longo prazo. A capacidade de flexibilidade cognitiva se fez presente a todos, incluindo o profissional da Arteterapia.

A partir do documento contendo as diretrizes para atendimento de Arteterapia durante a pandemia, publicado pela União Brasileira das Associações de Arteterapia (UBAAT, 2020), que considera necessário o atendimento a população em sofrimento, o profissional da Arteterapia buscou novos caminhos.

Ocorreu à necessidade de uma mudança no olhar em relação ao atendimento arteterapêutico, buscando novas ferramentas e novas formas de chegar ao cliente. A adequação das formas de abordagens e principalmente, deixar de lado a forma com se atuava para buscar um novo profissional da Arteterapia.

Fez-se a necessidade de um olhar ampliado sobre o material e as diferentes formas de intervenção, sejam por reuniões em plataformas digitais, aplicativos de conversa ou mesmo um telefonema e o atendimento arteterapêutico sendo de forma sincrônica ou assincrônica.

Malchiodi (2012) já apontava que a tecnologia teria influência sobre o atendimento em diversas terapias, incluindo a Arteterapia. E com a proliferação da tecnologia teríamos que redefinir o olhar tanto a Arte como ao atendimento em Arteterapia, incluindo essas tecnologias, plataformas e programas ao atendimento, seja presencial ou remoto.

Segundo Francisquetti (2004), o arteterapeuta deve buscar o referencial teórico e também a prática para o desenvolvimento de seu papel artístico-terapêutico. É importante o processo da prática artística para desenvolver a fluência dos processos perceptocognitivos individuais, para transformações pessoais e que despertam a possibilidade do uso de novos recursos, sendo o ateliê terapêutico um espaço ideal para essas transformações.

Partindo do pensamento que o arteterapeuta teve que desenvolver e modificar seu atendimento com a pandemia e o isolamento social, levantamos a hipótese do quanto um trabalho de experiências coletivas de vivências arteterapêuticas online poderia favorecer a saúde mental do profissional neste tempo, facilitar o processo de inserção em novas ferramentas digitais e assegurar o atendimento a seus clientes.

Objetivo

O objetivo deste artigo é relatar a experiência vivida em Arteterapia neste tempo de pandemia com um grupo de arteterapeutas através de vivências online, realizadas em plataforma digital em que semanalmente um profissional do grupo conduz a vivência aos demais profissionais, realizadas vivências sensoriais, corporais, perceptivas e simbólicas e traçar relações com a abordagem do continuum das terapias expressivas.

Método

ARTETERAPIA
Cores da Vida
Ano 16 - Volume 27 - Edição Especial - 2020

Trata-se de uma pesquisa descritiva onde os dados foram descritos em análise qualitativa. Os participantes responderam a um questionário contendo perguntas abertas e fechadas a respeito do olhar de sua participação no grupo, o processo realizado pelo grupo nas vivências propostas foram analisados segundo a abordagem do Continnum das terapias expressivas (ETC), observando atividades dentro dos níveis propostos (Sensório-Motor, Perceptivo-Afetivo e Cognitivo-Simbólico).

Participam do grupo de vivências arteterapêuticas online 30 profissionais formados em diferentes linhas da Arteterapia (junguiana, gestáltica, sistêmica).

Resultados e Discussão

Com o início da pandemia necessitamos pensar em novas formas e olhares ao atendimento arteterapêutico, assim iniciamos a proposta de formatar um grupo de vivências arteterapêuticas online, para que, como terapeutas fosse possível não apenas disponibilizar ao cliente o processo arteterapêutico online, mas também vivenciar este processo.

O convite surgiu através do whatsapp para algumas pessoas que como uma rede convidaram a outros profissionais até fecharmos o grupo em 30 participantes. Os encontros acontecem semanalmente, na plataforma Zoom com duração de 1h30m.

Cada participante do grupo foi convidado a ministrar uma vivência arteterapêutica, trazendo ao grupo uma fundamentação teórica, que posteriormente é disponibilizada em arquivos na nuvem e todos os encontros filmados para que os arteterapeutas que participam de forma assincrônica vivenciem o que foi realizado. Cada profissional deve pensar na adaptação de suas propostas e materiais para serem realizadas de forma remota. Para analisar a eficácia desses encontros aos participantes foi elaborado um questionário a respeito do andamento do grupo. Dos 30 participantes, responderam ao questionário 24 participantes.

Dos 24 participantes todos são arteterapeutas formados, no momento 69,6% estão realizando atendimento. Em relação à participação no grupo 82,6% participam de forma sincrônica, 73,9% consulta posteriormente o material encaminhado para estudo, 65,2% acredita que a participação no grupo tem auxiliado na vida profissional e pessoal e 34,8% aponta que o grupo tem auxiliado no aprofundamento dos estudos de Arteterapia.

Questionamos aos participantes do grupo como ele observa à experiência de participação no grupo, os profissionais pontuam que a experiência tem sido enriquecedora, uma oportunidade de trocas com outros profissionais da Arteterapia, apontando a oportunidade de experimentar e explorar as ferramentas online e a oportunidade de compartilhar com profissionais com visões diferentes da abordagem arteterapêutica.

O relato do grupo de como está sendo a experiência corrobora com as recomendações citadas por Costa et. al. (2020) que pontua ser importante “buscar informações sobre como manter a trajetória profissional qualificada, por meio do desenvolvimento de habilidades que precisam e podem ser aprimoradas neste período de isolamento social”.

Em relação a como o grupo tem auxiliado o participante no isolamento social, os depoimentos referem-se ao auxílio na ansiedade e medos, reflexões sobre o momento de solitude, sensação de segurança, um olhar para dentro, possibilitando explorar a criatividade e trabalhar os recursos internos, além da oportunidade de interação com mais terapeutas.

De acordo com Ferretti (2004), o trabalho de expressão e criatividade com o profissional da saúde é uma estratégia para estimular os processos afetivos e perceptivos, e nesta oportunidade o cuidador tem a possibilidade de ver uma melhora refletida em seu dia-a-dia e na sua qualidade de vida.

No grupo verificamos que os participantes apontam para um aproveitamento das atividades, não apenas para o aprofundamento em seu caminho como profissional de arteteterapia, mas para um aproveitamento para sua vida pessoal, vivenciando mudanças na qualidade de vida em meio à pandemia.

Sem que houvesse um planejamento de quais vivências e profissionais iniciariam a condução do grupo, pode-se verificar que o processo do grupo tem ocorrido de forma estruturada e levando a vivências que relatam as percepções em relação ao que está ocorrendo no aqui e agora e o contato com o meio.

Ciornai (2004, p. 73) pontua a respeito do que a atividade artística pode nos mobilizar:

> “...A atividade artística e imagética promove uma mobilização de energia que traz a tona a carga de emoção ligada ao que esteja sendo relevante para a pessoa naquele momento, mobilizando as funções cognitivas e ativando a formação de awareness. Nossa sensibilidade e intuição são também mobilizadas e potencializadas – como se nos sintonizássemos em níveis mais intuitivos, sensíveis e mágicos de funcionamento do nosso ser, em que ampliamos nossa abertura para nós mesmo e para nosso contato com o mundo”.

No primeiro encontro, todos relataram seu percurso profissional e como estava sendo a adaptação profissional à pandemia. As primeiras duas vivências realizadas foram trabalhadas a percepção de som e do gesto através das vivências A poética da cor do som e Rendadozen (Figuras 1 e 2). Essas vivências foram realizadas com a liberação de energia por meio da ação e do movimento, se baseando no uso do *Continnuum das Terapias Expressivas* (ETC), que trata-se de um modelo conceitual construído para ser utilizado pelos vários campos de psicoterapias artísticas e expressivas e oferece uma explicação sobre como as pessoas interagem com os

materiais de arte para processar informações, no nível sensório-motor, Ciornai (2004) explica que refere-se com frequência a respostas emotivas, essas respostas criam experiências visuais, e ainda segundo a autora citando Kagin e Lusebrink (apud Ciornai, 2004, p.107) “o ritmo em si, torna-se uma experiência curadora, à medida que a energia psíquica indiferenciada presente é organizada e expressa através do corpo”.

Fig.1 - Vivência - A poética da cor do som

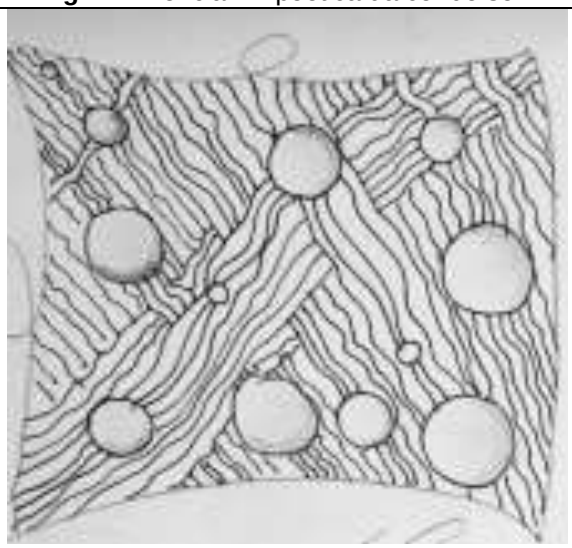


Fig.2 - Vivência Rendadozen

Nas duas vivências seguintes o corpo esteve em ação, a percepção de nosso movimento de respiração, percepções entre as barreiras do corpo externo e interno com a vivência Cartografia Sentimental (Figura 3) e o uso da maquiagem no processo arteterapêutico com a vivência Eu Comigo, trazendo a possibilidade aos participantes do grupo de trazer um olhar para si. Segundo Paraboni (2009), conforme o corpo é trabalhado é possível ir eliminando couraças e tomando consciência corporal facilitando o fluxo da energia, auxiliando no processo de autoconhecimento e desenvolvimento pessoal, integrando corpo, mente, energia e espírito. Segundo Francisquetti (2004), o uso da maquiagem é uma investigação livre sobre a face, a percepção sensorial do olhar através do espelho e do tato envolvem este diálogo sensorial e perceptivo.

ARTETERAPIA
Cores da Vida
Ano 16 - Volume 27 - Edição Especial - 2020

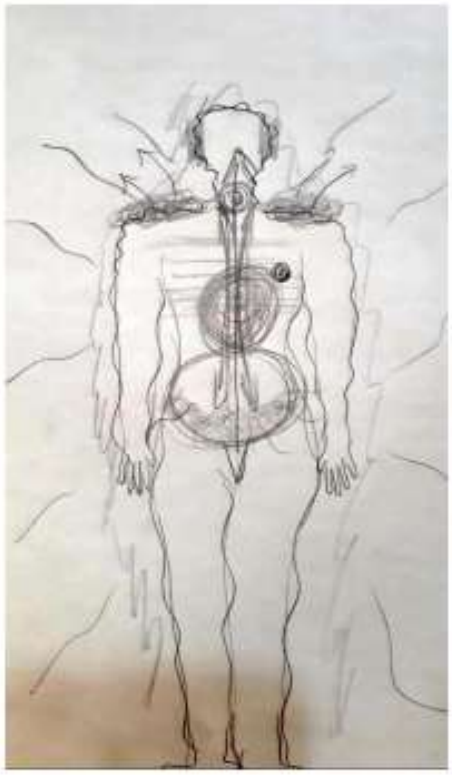


Fig.3 - Vivência Cartografia Sentimental

Após estas primeiras vivências, seguiram vivências nomeadas de Mandalas, apresentando como propostas que os participantes se organizassem pela dobradura na vivência Mandala de dobradura (Figura 4) e pelos pontos cardeais na vivência Mandala da Vida (Figura 5), essas vivências trouxeram para os parcipantes a capacidade de organização visual, trabalhar com os aspectos de figura-fundo e internalização das sensações e percepções. Esta organização refere-se ao nível afetivo/perceptivo do ETC, que segundo Ciornai (2004, p. 107), “este nível lida com as percepções criadas e com os afetos gerados no indivíduo pela interação com os materiais artísticos”.

Fig.4 - Mandala de Dobradura

ARTETERAPIA
Cores da Vida
Ano 16 - Volume 27 - Edição Especial - 2020

Fig.5 - Mandala da Vida

A partir das vivências anteriores foi possível verificar a criação de vínculo entre os participantes, com uma escuta acolhedora. A partir deste momento foi decidido pelo grupo fecharmos em 30 participantes, para que não fossem rompidos estes vínculos. Pode-se verificar a criação de um estado de integração do grupo, onde se sente plenamente aceito e o indivíduo passa a sentir-se mais a vontade de se expressar verbalmente, analisa e percebe seus processos dispondo ao grupo de forma mais tranquila (BARCELLOS et. al., 2004). O vínculo é fundamental para experimentação no processo arteterapêutico, um movimento de acolhimento e respeito (CIORNAI, 2004).

Nos encontros que seguiram foi possível observar vivências relacionadas ao uso de materiais que se relacionavam ao uso do desenho na vivência Árvore da Vida (Figura 6), e da assemblage na vivência O que vive dentro de mim (Figura 7). Foi possível notar que nesta fase dos encontros as reflexões partem do movimento do que acontece no aqui-e-agora e também nos desejos e planos para o futuro, o medo, a ansiedade ainda estão presentes no discurso, mas palavras e desejo de um futuro melhor também aparecem nos processos.

Fig.6 - Vivência Árvore da Vida

ARTETERAPIA
Cores da Vida
Ano 16 - Volume 27 - Edição Especial - 2020

Fig.7 - Vivência "O que vive dentro de mim?"

Este processo dentro do olhar do uso do ETC corresponde ao nível cognitivo que pode auxiliar o participante a clarificar os conflitos existentes e a busca de uma tomada de decisão. Associado ao componente simbólico que segundo Ciornai (2004), permitirá o participante criar as possibilidades e potencialidades futuras e também fazer a leitura de símbolos de conteúdos ocultos.

Para Alessandrini (2004, p.145)

> "...o arteterapeuta constrói o profissional que se torna, experienciando a alquimia criativa de transmutação de seus conteúdos pessoais. Aprimora seus instrumentos ao refinar sua sensibilidade e ao expandir seu conhecimento. Fortalece sua ação ao dimensionar a sutileza e a densidade de cada movimento ou intenção nas oficinas criativas que desenvolve com as pessoas em processo arteterapêutico".

A formação de um grupo de vivências arteterapêuticas online se mostra efetivo para refletir os processos de mudança na atuação dentro das mídias eletrônicas favorecendo a troca, construção de conhecimento e a saúde mental do profissional neste período de pandemia.

Conclusão

A pandemia permanece em nosso dia-a-dia e o isolamento social ainda é uma realidade, em alguns lugares iniciando à flexibilização, mas com certeza nos colocando em uma "nova normalidade", que ainda estamos aprendendo a viver. Dessa mesma forma, seguimos no grupo com os encontros e vivenciando em união o presente, de nossas vidas e também de nossa profissão.

Tomando o devido cuidado para não levar o processo arteterapêutico a uma série de "atividades" e buscando o aprofundamento teórico de cada vivência, estes encontros tornaram-se um espaço de troca, discussões e reflexões de como o processo arteterapêutico é rico e pode dar "sentido aos nossos sentidos" e nos ajudar na elaboração de nossos sentimentos, percepções e cognição em meio ao isolamento social.

É fundamental para a Arteterapia que seus profissionais se juntem em rede para compartilhar suas vivências, estudos e descobertas, esse processo favorece o amadurecimento da profissão. O arteterapeuta deve experienciar os materiais e processos que vai disponibilizar aos seus clientes, por essa razão o grupo de estudos torna-se um ambiente que favorece essa experimentação e discussão sobre os conteúdos gerados a partir da vivência arteterapêutica.

Permanecemos juntos neste grupo, entendendo ali como o espaço que nos acolhe como pessoas e profissionais, para além de um grupo de estudos, formamos uma rede de apoio e troca criando vínculos profundos, estamos seguindo de mãos dadas como uma comunidade que se apoia e se fortalece uns nos outros. Abrimos espaços para colocarmos nossas vivências pessoais durante essa quarentena, nos apoiamos para novas descobertas e fortalecemos uns aos outros nas grandes mudanças.

O grupo se fortalece em seus conhecimentos e também no entendimento de que a Arteterapia online é uma realidade possível, criando vínculos, reflexões e transformações através da arte, seja ela com a mão na massa fisicamente ou mesmo nas criações de arte digital.

"Temos a arte para não morrer da verdade."
Nietzsche

Referências

ALESSANDRINI, C. D. Ateliê terapêutico na formação de arteterapeutas. In: CIORNAI, S. (Org.). **Percursos em Arteterapia**: ateliê terapêutico, Arteterapia no trabalho comunitário, trabalho plástico e linguagem expressiva, Arteterapia e história da arte. São Paulo: Summus, 2004.

BARCELLOS, M. A. V. et. al. O resgate do universo feminino. In: CIORNAI, S. (Org.). **Percursos em Arteterapia:** ateliê terapêutico, Arteterapia no trabalho comunitário, trabalho plástico e linguagem expressiva, Arteterapia e história da arte. São Paulo: Summus, 2004.

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

COSTA, D. S. et. al. Saúde mental na pandemia de COVID -19: considerações práticas multidisciplinares sobre cognição, emoção e comportamento. **Debates em Psiquiatria**, 2020.

FERRETTI, V. M. R. Arteterapia como profilaxia para o estresse do profissional da saúde. In: CIORNAI, S. (Org.). **Percursos em Arteterapia:** Arteterapia e educação, Arteterapia e saúde. São Paulo: Summus, 2005.

FRANCISQUETTI, A. A. Lições de casa. In: CIORNAI, S. (Org.) **Percursos em Arteterapia:** ateliê terapêutico, Arteterapia no trabalho comunitário, trabalho plástico e linguagem expressiva, Arteterapia e história da arte. São Paulo: Summus, 2004.

MALCHIODI, C. A. Art therapy materials, media, and methods. In: MALCHIODI, C.A. (Org.). **Handbook of Art Therapy.** 2. ed. New York: The Guilford Press, 2012.

OPAS BRASIL. **Folha informativa COVID-19.** https://www.paho.org/bra/index.php?option=com_content&view=article&id=6101:covid19&Itemid=875 [capturado em 30 de junho de 2020]

ORNELL, F. et al. Pandemia de medo e COVID-19: impacto na saúde mental e possíveis estratégicas. **Revista Debates in Psychiatry**. Editorial. Ahead of print, p.1-7, 2020.

PARABONI, J. **A importância do trabalho corporal no processo arteterapêutico**. In: VOLPI, J. H.; VOLPI, S. M. (Org.). Anais. 14o CONGRESSO BRASILEIRO DE PSICOTERAPIAS CORPORAIS. Curitiba/PR. Centro Reichiano, 2009. CD 978-85-87691-16-3.

UBAAT – União Brasileira das Associações de Arteterapia. **Orientações para o regime emergencial de atendimento à saúde na pandemia do COVID-19**.2020 Disponível em: https://6cad7b26-1443-44f5-8fb5-17453013f23e.filesusr.com/ugd/f2bb16_892bec1886eb4af48d206a886c4c0f42.pdf

ARTETERAPIA
Cores da Vida
Ano 16 - Volume 27 - Edição Especial - 2020

3 – A ARTE COMO RECURSO DA RELAÇÃO PSICOTERAPÊUTICA: um estudo de caso sobre o luto através da Arteterapia

Natávia de Figueiredo Machala Domingueti[5]
Karen Rosângela Silva de Souza Saviotti[6]

Resumo: O presente trabalho consta de uma revisão de literatura e narrativa através de um estudo de caso sobre o luto. Aborda a arte e sua possível utilização na mediação da relação psicoterapêutica, psicólogo-paciente, no âmbito da psicologia clínica. Seus resultados revelaram por um percurso histórico da Arteterapia e estudo de caso sobre o luto, como a arte pode ser utilizada pelo psicólogo em sua função de mediador da relação terapêutica. Verificou-se que a arte parece ser um mediador por excelência, podendo auxiliar na ampliação da consciência acerca dos fenômenos subjetivos, e em momentos de resistência e bloqueio, ao facilitar a verbalização e a conscientização do vivenciado e proporcionar uma ressignificação do sofrimento vivido no processo de luto.

Palavras-chave: Luto; Psicologia; Terapia pela arte; Arteterapia.

Art as a resource of the psychotherapeutic relationship: a case study on mourning through art therapy

Abstract: The present work consists of a literature and narrative review through a case study on grief. It addressed the art and its possible use in the mediation of the therapeutic relationship, psychologist-patient, within the scope of clinical psychology. Their results revealed through a historical path of art therapy and a case study on grief, how art can be used by the psychologist in his role of mediating the therapeutic relationship. It was verified, through the study, that art is a mediator par excellence, being able to help to increase the awareness about subjective phenomena, and in moments of resistance and blockade, by facilitating the verbalization and awareness of the lived experience and providing a resignification of the subject. suffering experienced in the grief process.

Keywords: Mourning; Psychology; Art therapy.

El arte como recurso de la relación psicoterapéutica: un caso de estudio sobre el duelo a través de la terapia del arte

Resumen: El presente trabajo consiste en una revisión bibliográfica y narrativa a través de un estudio de caso sobre el duelo. Aborda el arte y su posible uso en la mediación de la relación psicoterapéutica, psicólogo-paciente, en el ámbito de la psicología clínica. Sus resultados revelaron a través de un recorrido histórico de la Arteterapia y un estudio de caso sobre el duelo, cómo el psicólogo puede utilizar el arte en su rol de mediador de la relación terapéutica. Se encontró que el arte parece ser un mediador por excelencia, pudiendo ayudar en la expansión de la conciencia sobre los fenómenos subjetivos, y en los momentos de resistencia y bloqueo, facilitando la verbalización y conciencia de lo vivido y aportando un nuevo significado al sufrimiento experimentado en el proceso de luto.

Palavras-clave: Luto; Psicología; Terapia con arte; Arteterapia.

Introdução

Este trabalho trata da arte em sua função mediadora, utilizada pelo psicólogo clínico como recurso terapêutico na psicoterapia individual. Será apresentado um estudo de caso sobre o luto para elucidar sobre a utilização do recurso artístico na mediação da relação terapêutica através da Arteterapia.

[5]Arteterapeuta Amart 199 /1219 Ubaat, Psicóloga clínica e social CRP-04/53633. E-mail: nataviapsi@gmail.com
[6]Psicóloga, Arteterapeuta, Neuropsicóloga, Mestre em Ciências da Saúde (UNIFESP), Doutoranda em Neurociências (UFMG) - Orientadora. R. Alfenas 373 - Belo Horizonte – MG, 30310-230. Contato: karen@integrarte.com.br

ARTETERAPIA
Cores da Vida
Ano 16 - Volume 27 - Edição Especial - 2020

Podemos ordenar a arte basicamente em três categorias: arte entendida como *fazer,* arte entendida como *exprimir,* arte entendida como *conhecer.* São concepções que ora se opõem, ora se combinam como uma maneira de nos aproximarmos de uma resposta que concretize o abstrato (PAREYSON, 1984).

Ribeiro (2005, p.52), coloca que a arte e o processo terapêutico possibilitam a capacidade de perceber e reconfigurar as relações do ser consigo mesmo e com o mundo, ampliando e transformando o conhecimento, bem como sua realidade psíquica. A arte possibilita traduzir a partir de linguagens simbólicas e sensíveis experiências não traduzíveis em palavras, experiências estas, que podem impedir o sucesso do tratamento psicoterapêutico.

Sobre a arte e a Psicologia, Jung (1971, p.54) afirma que apesar de sua incomensurabilidade, existe uma estreita conexão entre esses dois campos que pede uma análise direta. Coloca que essa relação se baseia no fato da arte, em sua manifestação, ser uma atividade psicológica e, como tal, pode e deve ser submetida a considerações de cunho psicológico.

O trabalho se fundamentará na apresentação de um estudo de caso sobre o luto realizado pela pesquisadora embasado na abordagem psicológica junguiana no setting arteterapêutico, utilizando-se de referenciais da tanatologia e do dicionário de símbolos dos autores Chevalier & Gheerbrant.

Segundo Seftel (1961, p.19) as artes estabelecem uma conexão entre nosso mundo interno e nossa experiência externa, as artes criativas conectam as mãos e o coração, movendo-nos de uma postura passiva para uma de ação afirmadora da vida. Não só nos permite expressar autenticamente a profundidade da dor associada à perda, mas também nos ajuda a restabelecer uma sensação de vitalidade e bem-estar.

Objetivos

O objetivo do presente trabalho é apresentar um estudo de caso clínico com a prática da Arteterapia dentro de um percurso psicoterapêutico no processo de luto.

Método

Estudo descritivo exploratório de natureza qualitativa. Os atendimentos foram realizados em consultório particular no período de março a novembro de 2019. A participante preencheu o Termo de Consentimento Livre e Esclarecido antes do início do trabalho.

Discussão

A Arteterapia e a Psicologia

Segundo Ciornai (2004), a “Arteterapia é o termo que designa a utilização de recursos artísticos em contextos arteterapêuticos”. De modo geral, o termo encontra-se relacionado ao trabalho de profissionais que utilizam preponderantemente as artes plásticas como recurso terapêutico.

A Psiquiatria Junguiana, na década de 1920, apropria-se da expressão artística como parte do processo psicoterápico. Para Jung imagens representam a simbolização do inconsciente individual e coletivo (COQUEIRO, VIEIRA & FREITAS, 2010).

Garcia (2004, p.6) apresenta o percurso histórico que contribui para o entendimento da utilização da arte como ferramenta de trabalho com valor diagnóstico de sua aplicação. Este autor coloca que em 1876, o psiquiatra Max Simon publicou seus estudos sobre manifestações artísticas de doentes mentais e classificou as patologias de acordo com as produções artísticas. Em 1888, Lombroso, analisou psicopatologicamente os desenhos de doentes mentais, com o intuito de classificar suas doenças. Somente Lambroso continuou a trabalhar no valor diagnóstico de sua aplicação. Em 1906, Mohr, através de seus estudos comparativos das produções de doentes mentais, pessoas comuns e dos grandes artistas, levanta a possibilidade dos desenhos serem utilizados como testes para estudos de personalidade. Esta ideia serviu como base para muitos autores de testes, dentre eles Rorschach e Murray-T.

Ainda de acordo com Garcia (2004), o termo Arteterapia surge pela primeira vez somente em 1945, no primeiro livro publicado por Adrian Hill, “*Art vs Illness”* (Arte versus Doença).

Mas, segundo Ciornai (2004, p.23-6), na década de quarenta, a Arteterapia firma-se, como campo específico, nos Estados Unidos, com o trabalho de Margareth Naumburg (1991) estabelecendo os fundamentos teóricos sólidos para seu desenvolvimento. Ela incentivava associações livres do paciente buscando promover a obtenção de *insights* sobre a imagética e o conteúdo simbólico dos conflitos inconscientes ali projetados. Naumburg (1991**)** apresentou a importância do arteterapeuta esperar que o próprio paciente atribua significado às imagens simbólicas que produziu. Foi possível através do seu trabalho estabelecer fundamentações teóricas para a Arteterapia e utilizá-la como uma área do saber.

Reis (2014a, p.247) aponta que além da referência de Naumburg (1966), as abordagens junguiana e gestáltica são utilizadas como clássicas na Arteterapia. Nise da Silveira (2001) e Janie Rhyne (2000) respectivamente, se tornaram referências na área.

Ciornai (2004, p.8) define a Arteterapia em seu livro “Percursos em Arteterapia” como o uso terapêutico da atividade artística no contexto de uma relação profissional por pessoas que experienciam doenças, traumas ou dificuldades na vida, como por pessoas que buscam desenvolvimento pessoal, podendo ampliar o conhecimento

de si e dos outros, aumentar autoestima, lidar melhor com os sintomas, estresse e experiências traumáticas, desenvolver recursos físicos, cognitivos e emocionais.

Segundo Valladares & Fussi (2003, p.6) a Arteterapia como um processo de estímulo à criatividade, "permite ao cliente a expressão e comunicação de suas ideias e emoções. Possibilita o aumento da sua autoestima e a expansão emocional, diminuindo sua ansiedade".

O interesse pela relação arte e psicológico (produção do inconsciente) surgiu em São Paulo com Osório César, quando em 1923, foi designado estudante interno de psiquiatria do hospital Juqueri. Trabalhou como médico ao longo de 40 anos neste hospital. Realizou exposições divulgando a expressão artística de doentes mentais e procurou afirmar a dignidade humana dessas pessoas (FIGUEIRA, 2013). No Brasil, Osório César é considerado o precursor da perspectiva terapêutica da arte no país, fundamentando seu trabalho na psicanálise freudiana.

De acordo com Reis (2014b, p.145) o trabalho de Nise da Silveira, psiquiatra que criou o famoso Museu de Imagens do Inconsciente, também se destacou com uma perspectiva terapêutica da arte sob influência junguiana.

A Arteterapia na teoria Junguiana, propicia o fornecimento de materiais expressivos diversos e adequados para a criação de símbolos presentes no universo imagético singular de cada paciente (VALLADARES & FUSSI, 2003).

De acordo com Vasconcellos & Giglio (2007, p.378) os estudos de Jung influenciaram amplamente o campo da Arteterapia, trazendo à tona discussões mais profundas em torno da importância do mundo imagético na compreensão do psiquismo no enquadre psicoterapêutico.Sendo assim, a arte como parte do todo constituidor do homem, de sua instância psíquica, corrobora, segundo o autor, com o processo de individuação do homem ao encontro com seu próprio centro.

Jung ressalta que o homem deve ser visto por inteiro, ou seja, como um todo; pertencente a uma comunidade, num determinado momento (FIORINDO, 2014). Sendo assim, a arte como parte do todo constituidor do homem, de sua instância psíquica, corrobora, segundo o autor, com o processo de individuação do homem ao encontro com seu próprio centro.

Reis (2014b, p.147) ratifica afirmando que "embora a Arteterapia possa ser desenvolvida a partir de diferentes referenciais teóricos, ela se define em todos eles por um ponto em comum: o uso da arte como meio à expressão da subjetividade". E para a ampliação das potencialidades criativas ela utiliza-se de diversas linguagens: plástica, sonora, literária, dramática e corporal, fazendo uso de técnicas expressivas como desenho, pintura, modelagem, música, fotografia, poesia, dramatização e dança.

Afirma Reisen (2011, p.18) que o arteterapeuta mergulha junto com o paciente num mundo imaginário e, ao mesmo tempo real, conduzindo-o na busca do autoconhecimento. Neste processo, o paciente entra em contato com conteúdos inconscientes para reconhecê-los e aprender a viver melhor.

Esse resgate histórico é fundamental para que se localize o campo da atuação do psicólogo no que se refere a possibilidade de uso da arte como recurso da relação psicólogo-paciente.

Considerações sobre o Processo de Luto

Segundo Seftel (1961, p.58) o trabalho clássico de Elisabeth Kübler-Ross oferece uma maneira de entender os estágios que enfrentamos ao analisar nossa própria mortalidade. Os conhecidos estágios de luto de Kübler-Ross são negação e isolamento, raiva, barganha, depressão e aceitação. Alguns conselheiros de luto questionam se realmente nos movemos através desses estágios na ordem que Kübler-Ross delineou ou se nos encontramos pulando para frente e para trás em diferentes aspectos do luto.

Muitos autores sugeriram que é provável que haja mais variação individual no luto do que a teoria de Kübler-Ross permite, o que pode possibilitar uma resposta de luto mais individualizada (BRANDOFF, 2018).

Neimeyer & Thompson (2013, p.5) colocam que em primeiro lugar, busca-se uma maneira de dar sentido à perda, talvez procurando entender por que ela aconteceu, o que ela significa e como ela se encaixa na história maior de vidas, ou como funciona no sentido existencial de perda.

Brandoff (2018) em sua dissertação sobre Luto complicado e Arteterapia, expôs a teoria do processo dual e o conceito de dosagem em luto proposta por Stroebe e Schut (1996), trazendo uma perspectiva de análise sobre o processo de luto.

Ainda, segundo Brandoff, "A teoria do processo dual proposta por Schut, Keijser & Bout, Stroebe (1996) sugere que vários processos simultâneos ocorrem durante o luto. Nos dois processos desta teoria as descrições são orientadas para a perda e voltadas para a restauração, de modo que o luto constantemente vacila entre esses dois tipos de estresse. Orientação de perda envolve atividades de luto, como falta e saudade do falecido, sentimento triste, relembrando e experimentando um sentimento de negação, como se a perda não pudesse ser verdade. A orientação de restauração é definida por atividades que promovem um compromisso renovado na vida depois de ter integrado a perda.

De acordo com a teoria do processo dual, uma pessoa pode abraçar o processo de luto e confrontar a perda, e outras vezes ele ou ela evite enfrentar a perda. Esta teoria sustenta que habilidades adaptativas de

enfrentamento resultam de combinação de *confronto e evitar a perda.* O modelo também aborda conceito de —*dosagem em luto* - a ideia de que pessoas enlutadas precisam de um pouco de descanso para cada tipo de estresse experimentado durante o luto" (2018, p.11).

Schut e Stroebe (1996) escreveram para um jornal de psicologia clínica sobre um novo programa de tratamento, que eles denominaram terapia de luto de modalidade cruzada. Desenvolveram um protocolo de tratamento em grupo, com internação limitada integrando a Arteterapia. Os autores implementaram uma avaliação pré, pós e *follow-up*, mediram os sintomas e compararam os níveis com os participantes de uma forma mais tradicional do programa. Encontraram vantagens em incorporar a Arteterapia no tratamento, relatando o caso de um paciente que apresentava dificuldades com a terapia verbal e prosperou na Arteterapia. Suas obras de arte refletiram onde estava em termos de seu processo de luto e também revelaram esforço contínuo, ativo, para lidar com a dor durante o processo, por meio de sua criação.

Muitos médicos reconheceram a expressão artística como forma de trabalhar o processo do luto (MALCHIODI 1992, p.114). Nagem (2004, p.108) ao considerar as transformações pessoais porque passam os seres humanos no decorrer de suas vidas, observa que as atividades plásticas e artísticas de construção e reconstrução colaboram de maneira efetiva no entendimento, aceitação e eficácia de transformações necessárias, mesmo nem sempre bem-vindas e bem aceitas, podem possibilitar ao campo psíquico, experimentar novas sensações e sentimentos, caminhando para uma reestruturação.

Estudo de Caso Sobre O Luto

A paciente do estudo em questão iniciou o processo arteterapêutico em março de 2019. Havia perdido o filho de dois anos há cerca de quatro meses. Durante a gravidez contraiu zica e o filho nasceu com microcefalia. Durante o tempo de vida dele, o levava ao médico quase que semanalmente. O filho faleceu com parada respiratória, por Síndrome do Desconforto Respiratório Agudo (SDRA), conhecida como Sara.

Para a elaboração do estudo foram selecionados alguns relatos e expressões artísticas realizadas pela paciente durante doze sessões dentre as sessões realizadas ao longo do tratamento.

Em uma das sessões com a paciente, foi realizada uma atividade artística com a caixa de MDF (Figuras 1, 2), em que ela pintou o interior da caixa, referindo-se a como ela se via internamente e a parte de fora, simbolizando como se mostrava para as pessoas. Relativo ao interior expressou-se como uma pessoa em que a personalidade muda de acordo com as situações, referiu-se à personalidade e emoções que mudavam relacionadas à diversidade de cores apresentadas em sua produção.

Colocou-se como complexa e apesar das dificuldades, alegre. Exemplificou o "complexa", falou da sua história de gestação, gravidez indesejada pelo marido e pela mãe, das complicações de saúde que obteve quando contraiu zica, e quando soube que o filho nasceria especial. O marido queria que ela abortasse e não a apoiou durante a gestação, inclusive no parto e no hospital. A criança teve que ficar no CTI após o nascimento e segundo os médicos havia previsão de óbito, mas a criança sobreviveu e teve alta.

Na parte externa utilizou o branco, que para ela simbolizou a neutralidade, estava tentando não expor seus sentimentos, ser mais "neutra", não contar o que queria e ficar mais quieta. Mas, ainda aconteciam, "escapadas", segundo ela, simbolizadas pelas cores pinceladas na tampa. Tentava se mostrar alegre para as pessoas apesar das dificuldades.

De acordo com Chevalier & Gheerbrant (1982, p.143) a cor branca pode ser apresentada como neutra, passiva, o que confere com os sentimentos verbalizados pela paciente.

Fig. 1 - Pintura em madeira

Fig. 2 - Pintura em madeira

ARTETERAPIA
Cores da Vida
Ano 16 - Volume 27 - Edição Especial - 2020

Na sessão subsequente ainda sob a temática do “quem sou eu”, a paciente expressou por meio do desenho o que a música Caçador de Mim, de Milton Nascimento, a fez refletir. Realizou um desenho de si, segurando o coração (Figura 3), "coração na mão". Estava vivendo as dificuldades e tristezas com o luto do filho. Desenhou parte do seu rosto, as lágrimas caindo e um sorriso que segundo ela tentava manter apesar das dificuldades. Ao lado do rosto escreveu trechos da música que a marcou, dentro de um coração partido. Relatou que ainda sonhava com o filho e ao acordar via a imagem da criança no caixão em seu pensamento. A paciente não se despediu do filho no dia do sepultamento.

Fig. 3 - Desenho folha A3

Chevalier & Gheerbrant (1982, p.280) colocam que este órgão central do indivíduo, corresponde de maneira geral à noção de centro, que com um duplo movimento de diástole e sístole faz dele ainda, respectivamente, símbolo do movimento de expansão e reabsorção do universo. O símbolo do coração nas mãos representa a dificuldade pela qual a paciente estava passando com a dor do luto.

Na sessão posterior foi abordada a temática de luz e sombra. A paciente expressou sua maior dificuldade no momento, em uma cartolina de cor preta e a possível solução na cartolina de cor branca (Figura 4). Na cartolina preta a paciente realizou um desenho dela no cemitério indo visitar o filho. Na cartolina branca, como possível solução da situação, trouxe o simbolismo da cruz, que para ela representava a ajuda de Deus, a força que precisava para continuar. Desenhou uma seta como caminho, que parte estava obstruída com o preto, simbolizando a dificuldade da despedida, que vencida a ajudaria trazer alegria e cores à vida, pintados em guache. Seftel (1961, p.57) afirma que o luto pode ser privado de seus direitos quando uma perda não é reconhecida, aceita socialmente ou publicamente lamentada. Na resolução normal do luto, os sentimentos desaparecem gradualmente. No entanto, quando o luto não é reconhecido ou aceito, a resolução do luto não pode ocorrer e o enlutado é deixado em uma espécie de limbo emocional.

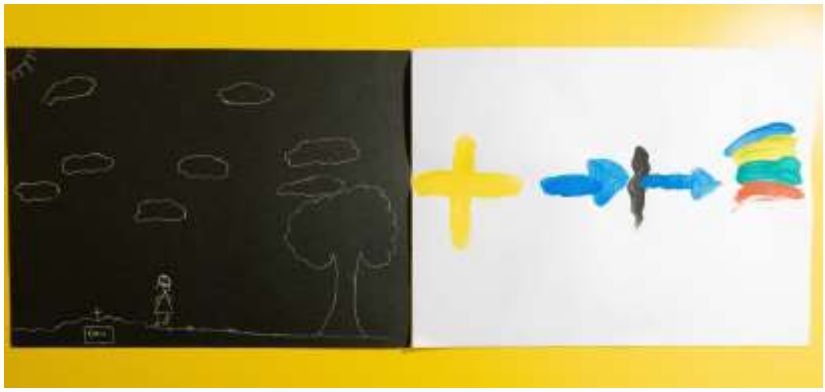


Fig. 4 - Desenho em papel Cartão

ARTETERAPIA
Cores da Vida
Ano 16 - Volume 27 - Edição Especial - 2020

A paciente apresentava dificuldades em aceitar a perda do filho, mantendo ainda objetos dele, como roupas e brinquedos, permanecendo numa espécie de limbo emocional. Relatou que no momento não via sentido e alegria nas coisas que fazia.

Em continuidade às sessões foi trabalhado junto à paciente o processo de reconstrução. Utilizada como recurso a poesia de Vinícius de Morais, "Operário em Construção", e depois solicitado à paciente que simbolizasse no quebra cabeça tangram, três formas que a representassem em construção (Figura 5). Em sequência ela escolheu uma das formas para ser representada como gravura em uma placa de isopor (Figura 6), como materialização da forma escolhida.

Na construção das formas a primeira realizada foi um catavento, que para ela representava o movimento, a mudança. Depois uma forma triangular em três camadas, que para ela simbolizou o seu Eu e as camadas ligadas a filha e ao marido; e a terceira figura simbolizou a casa, sua casa interna em construção. A figura que escolheu para fazer a gravura no isopor foi o triângulo, pois quer olhar mais para si, fazer as coisas que gosta e acredita. Ao mesmo tempo, se percebe que está tentando inserir em sua vida, o marido e a filha, que representaram as duas outras camadas do triângulo. Escolheu o vermelho para estampar a gravura do isopor no papel, para ela, relacionado às emoções e ao coração, a dor com a perda do filho.

Segundo Chevalier & Gheerbrant (1982, p.903) o triângulo equilátero simboliza a harmonia, a proporção, a divindade, e a cor vermelha relaciona-se ao princípio ativo da vida. O triângulo realizado pela paciente apresentou formas bem definidas e proporcionais que podem simbolizar esta busca de equilíbrio atuando como uma função autorreguladora. Jung (1964/1977, p.55) afirma que a função autorreguladora ocorre em expressões criativas e simbólicas, pois os símbolos aparecem em todos os tipos de manifestações psíquicas.

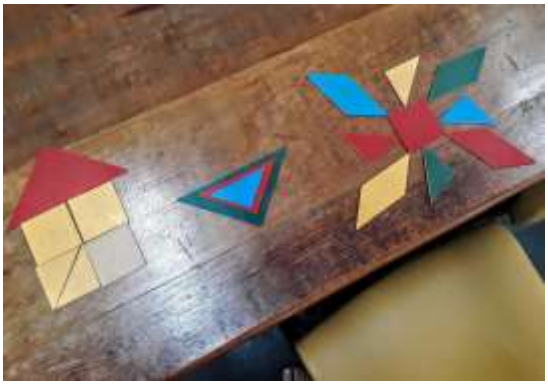


Fig. 5 - Peças em madeira

Fig. 6 - Gravura em isopor

Na sequência das sessões foi trabalhado junto à paciente a continuação do processo de reconstrução, com a expressão da sua fortaleza interior construída no mosaico. Depois da imagem pronta a paciente dialogou com essa imagem e escreveu algumas palavras relacionadas a sua criação.

O símbolo gerado foi uma semente, de onde nasceu uma flor (figura 7). Utilizou um triângulo em cartolina branca, para colar sobre outra cartolina, onde realizou o desenho da semente emergindo em flor. Lembrou-se do triângulo realizado na sessão anterior e quis representá-lo novamente o contornando com azul, segundo ela representando sua busca interna de equilíbrio e harmonia.

Na flor que emergiu a cor que utilizou foi o vermelho, que para ela, liga-se às emoções de dor com a perda do filho e de mudança para continuar a vida, cor também recorrente em suas produções artísticas, assim como o triângulo e a flor.

Para Philippini (2013, p.93), a técnica do mosaico passa por etapas que simbolicamente representam a desconstrução, a busca e a construção do que vai renascer, a confirmação desse novo conteúdo, a libertação da nova forma criada.

De acordo com Saviotti (2011, p.2), no processo da vida nós nos construímos e reconstruímos a cada passo do caminho de individuação, processo que, segundo Jung, segue até a morte, e para alguns filósofos e religiosos depois dela.

Notou-se, no processo da paciente, que o nascimento da flor, representado na expressão artística simbolizou algo de novo nascendo nela, a semente renascida. Ao dialogar com a imagem escreveu fé, resiliência e amor. Relativo a fé falou do aspecto religioso na sua vida, era evangélica e buscava a força em Deus desde nova, o que vinha ajudando-a nas situações vividas. Na resiliência colocou como força para enfrentar as dificuldades que tinha passado, falou da gravidez da filha e do filho, ambas de risco.

Compartilhou que no início da gravidez da filha ainda tomava remédio para epilepsia e que teve de interromper devido ao perigo de perda da gravidez. As noites mal dormidas muitas vezes desencadeavam os espasmos, mas coloca em seu relato que tinha capacidade de se recuperar facilmente e se adaptar às mudanças.

ARTETERAPIA
Cores da Vida
Ano 16 - Volume 27 - Edição Especial - 2020

No amor ela colocou a característica que tem de olhar para os outros no sentido de se querer o bem. O marido queria ter outro filho, no princípio ficou resistente, mas passado mais alguns meses pensou na possibilidade, estava fazendo os exames necessários para a confirmação de permissão médica, pois como tinha contraído zica na última gravidez era necessário aguardar o período médico orientado.

Observou-se no processo da paciente uma aproximação ao modelo proposto por Stroebe & Schut (2005-06), essencialmente frente ao conceito de doação, em que pessoas enlutadas precisam de um pouco de descanso para cada tipo de estresse experimentado durante o luto.

A paciente precisou de um descanso frente ao estresse experimentado com a perda do filho para poder posteriormente expressar a vontade de dedicar-se a filha e o marido, que eram sua configuração familiar atual.

Fig. 7 - Mosaico em casca de ovo

Em continuidade ao processo de reconstrução utilizou-se a temática da heroína junto a paciente, foi passado um pequeno vídeo *Matthew Winkler hero*, para trabalhar o mito da jornada do herói, de Joseph Campbell (1949) com o objetivo de estimular tomadas de consciência e força frente às diferentes etapas e situações da sua vida.

A partir deste vídeo, foi realizado um relaxamento guiado para a simbolização da sua heroína. Foram utilizadas a estopa e lã como materiais artísticos. Ela bordou uma estrela como representação (Figura 8), que segundo ela estava em construção, inacabada.

As linhas ao redor da estrela significaram para ela a influência que sua ação gerava na vida de outras pessoas, como ocorria segundo ela com todas as pessoas. Exemplificou aqui como a pedra jogada no lago, que provocava mudanças no entorno do lago, assim o é na vida.

Segundo Calhoun & Tedeschi (2006, p.4) eventos negativos tendem a produzir, para a maioria das pessoas, consequências negativas mas, paradoxalmente, os dados indicam que para muitas pessoas o encontro com eventos muito negativos também pode produzir uma mudança psicológica positiva. Ainda segundo os autores, o engajamento com a criação de significado no luto, pode funcionar como mais do que uma estratégia de enfrentamento para ressignificar a perda, em uma moda mais positiva.

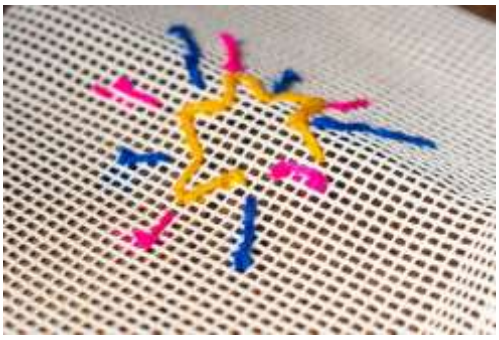


Fig. 8 - Lã bordada na talagarça.

ARTETERAPIA
Cores da Vida
Ano 16 - Volume 27 - Edição Especial - 2020

Em vez disso, uma busca por significado pode produzir uma forma mais ambivalente da fragilidade da vida, e mover os sobreviventes em direção a uma maior humildade, apreciação, compaixão, presença ou espiritualidade como resultado. O que pôde ser observado com a expressão gráfica e artística de apreciação e espiritualidade.

Sob a perspectiva de representatividade da heroína, de acordo com Haubert & Vieira (2014, p.231), psicologicamente, a luta do herói representa a batalha para superar uma inferioridade moral. Por inferioridade moral compreende-se algo que está faltando para que a personalidade possa se desenvolver, implica coragem, autonomia e esforço para empreender uma conquista.

Quando a paciente exemplificou, metaforicamente, após a expressão artística realizada, que como uma pedra jogada ao lago repercute em seu entorno, ocorrendo o mesmo nas ações humanas, além de verbalizar sobre a importância do cuidado com as suas ações, possivelmente refletiu sobre o que lhe estava faltando desenvolver.

Jung (1912) coloca que o homem possui dois tipos de pensamento: o pensamento lógico e o pensamento fantasia. O pensamento fantasia é espontâneo e opera por associações, produzindo analogias e metáforas. Ele é o veículo das tendências subjetivas, sendo expressão dos motivos inconscientes. Por isso, sua linguagem é simbólica.

Em continuidade foi trabalhado o desvendar e o despertar de aspectos inconscientes da sua casa interior, com a utilização de uma meditação guiada que a conduzia ao percurso de si (Figura 9). Após a meditação guiada foi realizada a atividade artística, com a pintura de uma casa em madeira que simbolizasse a sua casa interior, depois feita a realização de uma escrita que dialogasse com a arte produzida.

A paciente realizou a expressão artística pintando a casa de azul e branco, utilizou o azul na janela e telhado, uma cor recorrente em suas expressões artísticas, e o branco no acabamento, que para ela remeteu à paz almejada. Na parede da casa manteve a cor do objeto, que segundo ela era a cor natural associada a simplicidade que estava buscando em sua vida. Foi perguntado a paciente quais seriam suas três chaves na busca de se conhecer e se lapidar, as chaves colocadas foram quietude, paz e simplicidade.

De acordo com Seftel (1961, p.98) a arte (assim como a escrita criativa, poesia ou outras formas de arte) pode aparecer na tentativa de expressar o sofrimento profundo que se experimenta quando confrontado com uma perda significativa.

Na escrita criativa, ou seja, a escrita que dialoga com a arte produzida, apresentou o texto: "Buscar a quietude, um lugar para me encontrar. Enfim, encontrar a paz em meio ao caos. A paz de saber que fiz tudo o que pude, enquanto pude. E agora valorizar a simplicidade. A simplicidade das lembranças, dos sorrisos. Valorizar as coisas simples do dia a dia com aqueles que ainda estão comigo. Porque no fim são as lembranças das coisas simples que nos dão forças para seguir". Para Jung (1977, p.20), uma palavra ou uma imagem é simbólica quando implica alguma coisa além do seu significado manifesto e imediato, na qual o seu contexto mais amplo nunca é inteiramente definido ou explicado.

A paciente, ao expressar sua casa interna, manifesta sentimentos diante dos seus processos vividos, e expõe perspectiva de força para seguir, extrapolando um contexto presente e imediato. O que leva a um possível reconhecimento simbólico, por parte dela, da necessária transição ou passagem de uma etapa de sua vida.

Fig. 9 - Casa em madeira

Para melhor elucidação da história de vida da paciente foi trabalhada a temática de sua árvore genealógica (figura 10), que emergiu a partir de uma expressão gráfica e artística apresentada em uma das sessões que antecederam a esta, em que ela compartilhou sobre a vontade de tomar as atitudes necessárias, no momento necessário, independente da opinião dos outros. Referiu-se aos "outros", enfaticamente, como seus familiares.

Verificou-se aí, a importância de se trabalhar no âmbito arteterapêutico ancestrais familiares. Foi utilizado como material para expressão artística cascas de árvore, papel crepom e eva. O trabalho com a árvore

genealógica possibilitou a paciente verbalizar questões ainda não ditas e reprimidas relacionadas a sua dinâmica familiar, como ter sido o fruto de uma relação indesejada pela mãe, que pensou em abortá-la, e nunca ter conhecido o pai.

Expressar artisticamente sobre a sua árvore e depois verbalizar sua história familiar auxiliou a paciente na reelaboração de conteúdos que estavam ocultos nas sessões anteriores, analisando a articulação entre ela e as gerações que a antecederam e como isso repercute em sua forma de ser e agir atualmente. Compartilhou que queria sair de um padrão de repetição e ser diferente.

Observou-se que a simbolização da árvore genealógica não é uma representação estática, ela pode expressar o que está acontecendo, dando sentido a quem a elabora, e pode dar forma à vida individual e social do envolvido para a construção do futuro.

Segundo Henderson (1977) a árvore é um símbolo fundamental que acompanha a história da humanidade, e seu desenho é uma forma de comunicação humana. Ela representa, simbolicamente, o crescimento e o desenvolvimento da vida psíquica.

Fig. 10 - Árvore em EVA

Na sessão subsequente, foi trabalhado junto a paciente a representação familiar atual da época (Figuras 11 e 12). Ela sentiu vontade de representar o filho falecido, que segundo ela, apesar da morte, continuava sendo seu filho. Simbolizou uma bola com um tecido em diferentes tonalidades, em que cada cor representou um membro da família, o mais claro em cinza o filho falecido, ela em marrom, o marido em azul e a filha em branco. Fez um caminho em glitter dourado com um tecido estrelado ao céu que simbolizou o filho no céu. Compartilhou que tinha vivido momentos de aceitação, mas as lembranças retornavam, que alguns sons eram associados ao filho, como barulho de sirene, campainha, pois isso fazia parte da sua rotina nos cuidados dele.

Figs. 11 e 12 - Representação da família com tecido.

Após esta sessão a paciente relatou que conseguiu despedir-se do filho, foi ao cemitério alguns dias depois, expressou como foi difícil e doloroso, mas importante para ela. Nesta mesma sessão foi trabalhada a temática do tecer novas possibilidades, ela expressou artisticamente um círculo tecido em lã azul e bordado ao centro com uma flor, que para ela representou os ciclos e as passagens os quais queria viver, e no tecer pensou na possibilidade de ter outro filho com uma flor emergindo no centro da tecelagem. Segundo ela, ainda havia muitas dúvidas sobre o assunto, mas o pensamento a acompanhou ao longo de toda realização da atividade artística.

ARTETERAPIA
Cores da Vida
Ano 16 - Volume 27 - Edição Especial - 2020

Fig. 13- Lã tecida no isopor

Considerações Finais

Estudar sobre o percurso histórico da relação entre arte e psicologia e como os campos se dialogam permitiu comprovar como as expressões artísticas contêm ali sua carga psicológica, seja de forma consciente ou não. O estímulo desta expressão pelo viés terapêutico parece suscitar *insights*, transformações e retificações profundas, de acordo com o estudo de caso apresentado.

Percebeu-se que verbalizar as dificuldades não é um processo fácil e para muitos, um bloqueio. Os recursos artísticos entram nesse momento como ferramentas potencialmente fortes para auxiliar os pacientes em suas expressões, bem como no compartilhamento das emoções, dificuldades, angústias, resistências, alienação subjetiva, aprofundando o dado encontrado, facilitando a verbalização e conscientização do vivenciado, podendo vir a proporcionar uma ampliação da consciência acerca dos fenômenos subjetivos.

Cada tipo de expressão artística tem uma função no *setting* terapêutico, que quando bem articulada pelo arteterapeuta, com o uso do recurso mais apropriado ao processo do paciente, pode favorecer o tratamento, estimulando as funções de criação, expressão, nutrição, significação, reparação e função integradora.

O processo de objetivação da subjetividade do paciente pode ser auxiliado por estes recursos, pois, segundo o estudo de caso sobre o luto, a profissional teve a oportunidade de ampliar a forma de comunicação entre terapeuta-paciente utilizando-se dos recursos artísticos plásticos, musicais e literários, enfatizando a propriedade terapêutica da arte através da Arteterapia.

Observou-se no percurso dela o oscilar entre a perda e a restauração, nos processos vividos ao longo das sessões. A utilização da arte como recurso na relação terapêutica a auxiliou na expressão e ressignificação do seu sofrimento.

A pesquisadora, enquanto psicóloga clínica e arteterapeuta, buscou o aprofundamento teórico e prático da área que articule a Arteterapia e Psicologia, delineando arte e psicoterapia enquanto expressão artística e verbal num contexto clínico, através da sistematização de um trabalho que envolveu um enquadre arteterapêutico com embasamento teórico e objetivos que visam o desenvolvimento emocional do indivíduo.

Referências

BRANDOFF, R. Complicated Grief and Art Therapy. **Expressive Therapies.** Dissertations, n.54, 2018. Available from: https://digitalcommons.lesley.edu/expressive_dissertations/54

CALHOUN, L.; TEDESCHI, R. G. (Eds.). **Handbook of posttraumatic growth**. Mahwah, NJ: Lawrence Erlbaum, 2006.

CHEVALIER, J.; GHEERBRANT, A.; **Dicionário de Símbolos: mitos, sonhos, costumes, gestos, formas, figuras, cores, números**. 28. ed. Rio de Janeiro: José Olympio, 2015.

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

COQUEIRO, N. F.; VIEIRA, F. R. R.; FREITAS, M. M. C. Arteterapia como dispositivo terapêutico em saúde mental. **Acta paul. enferm.** São Paulo, v.23, n.6, p.859-62, 2010. Doi: http://dx.doi.org/10.1590/S0103-21002010000600022. Disponível em: <http://www.scielo.br/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0103-21002010000600022&lng=en&nrm=iso>. Acesso em: 11 set. 2018.

FIGUEIRA, E. **Psicologia da arte**. São Paulo: Clube de autores, 2013. Disponível em: <https://clubedeautores.com.br/book/144329--PSICOLOGIA_DA_ARTE#.Wv2Y7-8vyt8>. Acesso em: 31 maio. 2018.

FIORINDO, P. Arte em terapia. **Revista Pandora Brasil**, n.61, abr. 2014. Disponível em: <http://revistapandorabrasil.com/revista_pandora/edicao61.htm >. Acesso em: 08 mar. de 2019.

GARCIA, T. **A contribuição da utilização dos recursos artísticos e lúdicos pelo psicólogo hospitalar no tratamento de pacientes renais no hospital do rim e hipertensão**. Trabalho de conclusão de curso. Faculdade de Psicologia- Pontifícia Universidade Católica de SP. São Paulo, 2004. Disponível em: <http: www.psicologia.com.pt>. Acesso em: 3 de out. 2018.

HAUBERT, C.; VIEIRA, A. G. Símbolos, complexos e a construção da identidade na psicoterapia com crianças. **Aletheia**, Canoas, n. 45, p.222-37, dez. 2014. Disponível em: <http://pepsic.bvsalud.org/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1413-03942014000200017&lng=pt&nrm=iso>. Acesso em: 14 ago. 2019.

HENDERSON, J. L. Os mitos antigos e o homem moderno. In: JUNG, C. G. **O homem e seus símbolos**. Rio de Janeiro: Nova Fronteira, 1977. p.105-57.

JUNG, C. G. **Símbolos da transformação** (Eva Stern, trad.). Petrópolis, RJ: Vozes, 1999, (Original publicado em 1912).

JUNG, C. G. **O espírito na arte e na ciência**. 3. ed. Petrópolis, RJ: Vozes, 1971.

NAGEM, D. Caminhos de transformação: transformar para integrar da restauração à reciclagem. Rio de Janeiro: **Clínica Pomar**, v.11, p.108, 2004.

NAUMBURG, M. A arte em terapia. In: CIORNAI, S. (Org.). Percursos em Arteterapia: três vertentes pioneiras da Arteterapia nos Estados Unidos. São Paulo: Summus, 2004.

NAUMBURG, M. Arteterapia: seu escopo e função. In HAMMER, E. F. (Org.), **Aplicações clínicas dos desenhos projetivos**. São Paulo: Casa do Psicólogo, 1991. p.388-92.

NEIMEYER, R.; THOMPSON, B. **Meaning making and the art of grief therapy**. 2014.

PAREYSON, L. **Os problemas da estética**. São Paulo: Martins Fontes, 1984.

PHILIPPINI, A. A. **Arteterapia: métodos, projetos e processos**. 3. ed. Rio de Janeiro: Wak editora, 2013.

REIS, A. C. A arte como dispositivo à recriação de si: uma prática em psicologia social baseada no fazer artístico. **Revista Barbarói,** Santa Cruz do Sul, n.40, p.246-263, jan./jun. 2014a. Universidade de Santa Catarina do Sul. Disponível em: <https://online.unisc.br/seer/index.php/barbaroi/article/view/3386. Acesso em: 08 mar. 2018.

REIS, A. C. Arteterapia: a arte como instrumento no trabalho do Psicólogo. **Psicol. cienc. prof.**, Brasília, v.34, n.1, p.142-57, mar. 2014a. DOI: http://dx.doi.org/10.1590/S1414-98932014000100011. Disponível em: <http://www.scielo.br/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S141498932014000100011&lng=pt&nrm=iso>. Acesso em: 08 mar. 2018b.

REISIN, A. Lo psicoterapéutico em Arteterapia. **Revista de Arteterapia da AATESP**, v.2, n.1, p.18-33, 2011. Disponível em: <http://aatesp.com.br/resources/files/downloads/16_09_2015_14_53_31_Revista_AATESP_v2_n1.pdf>. Acesso em: 08 mar. 2018.

RIBEIRO, S. **A arte como instrumento auxiliar no tratamento de câncer infantil**. Monografia de nível técnico de laboratório em biodiagnóstico em saúde. Oswaldo Cruz-Fiocruz. Escola Politécnica de saúde Joaquim Venâncio (EPSJV). Rio de Janeiro, dez 2015. Disponível em: <http://www.epsjv.fiocruz.br/upload/monografia/55.pdf>. Acesso em: 25 abr. 2018.

ARTETERAPIA
Cores da Vida
Ano 16 - Volume 27 - Edição Especial - 2020

SAVIOTTI, K. **Arte de envelhecer: juntando os cacos através do mosaico**. Belo horizonte, 2011.

SILVEIRA, N. **O mundo das imagens**. São Paulo: Ática, 2001. (Original publicado em 1992).

SEFTEL, L. **Grief unseen: healing pregnancy loss through the arts.** Foreword by Sherokee Ilse.p. cm.Relatório estágio pós 1, 1961. Available from: Documentos Google.pdf.

SCHUT, H. A. W.; DE KEIJSER, J.; BOUT, J.; STROEBE, M. S. Cross-Modality Grief Therapy: Description and assessment of a new program. **Journal of clinical psychology**. v.52, p.357-65, 1996. Available from: 10.1002/(SICI)1097-4679(199605)52:3<357:AID-JCLP14>3.0.CO;2-H.

VALLADARES, A. C. A.; FUSSI, F. E. C. A Arteterapia e a reforma psiquiátrica no Brasil. **Rev. Arteterapia**: Imagens da Transformação. Rio de Janeiro: Clínica Pomar, v.10, n.10, p.5-13, 2003.

ARTETERAPIA Cores da Vida

Ano 16 - Volume 27 - Edição Especial - 2020

4 – ARTETERAPIA: POTENCIALIZANDO O MELHOR DE SI EM TEMPOS DE PANDEMIA DO COVID-19 – UMA PROPOSTA DE AÇÃO[7]

Ana Cláudia Afonso Valladares-Torres[8]

Resumo: O impacto e a repercussão da pandemia sobre a saúde mental nas pessoas. A Arteterapia pode ser um caminho simbólico e criativo para ajudar no enfrentamento da crise provocada pela pandemia do COVID-19 e estimular a resiliência no indivíduo. Foram propostas três exercícios arteterapêuticos a serem elaboradas de forma sequencial. As três etapas são apresentadas a seguir: 1ª etapa: Contato com a sombra e mergulho na escuridão de nós mesmos - catarse de sentimentos e acolher os símbolos; 2ª etapa: Iluminação da alma e nutrir-se de pensamentos positivos; 3ª etapa: Ressignificar a vida - buscar novos significados e propósitos ou sentido na vida - reconexão com o *Self*. A Arteterapia possibilita despertar a energia criativa e a amorosidade da vida. Tais aspectos colaboram para que a Arteterapia seja uma ferramenta eficaz em tempos de pandemia, capaz de potencializar o melhor de nós em direção ao nosso processo de individuação, trazendo um bem-estar e uma melhor qualidade de vida!

Palavras-chave: Arteterapia; Terapia pela arte; Saúde mental; Pandemias.

Art therapy: leveraging the best of you in times of the COVID-19 pandemic – na action proposal

Abstract: The impact and repercussion of the pandemic on mental health in people. Art therapy can be a symbolic and creative way to help face the crisis caused by the pandemic of COVID-19 and stimulate resilience in the individual. Three art therapy exercises have been proposed to be developed sequentially. The three stages are presented below: 1st stage: Contact with the shadow and plunge into the darkness of ourselves - catharsis of feelings and welcoming the symbols; 2nd stage: Enlightenment of the soul and nurture positive thoughts; 3rd stage: Redefine life - seek new meanings and purposes or meaning in life - reconnection with the Self. Art therapy makes it possible to awaken the creative energy and love of life. Such aspects collaborate for Art Therapy to be an effective tool in times of pandemic, capable of enhancing the best of us towards our individuation process, bringing well-being and a better quality of life!

Keywords: Art therapy; Mental health; Pandemics.

Arteterapia: aprovechando lo mejor de ti en tiempos de la pandemia de COVID-19 – una propuesta de acción

Resumen: El impacto y la repercusión de la pandemia en la salud mental en las personas. La terapia artística puede ser una forma simbólica y creativa de ayudar a enfrentar la crisis causada por la pandemia de COVID-19 y estimular la resiliencia en el individuo. Se han propuesto tres ejercicios de terapia de arte para ser desarrollados secuencialmente. Las tres etapas se presentan a continuación: 1ra etapa: contacto con la sombra y sumergirse en la oscuridad de nosotros mismos: catarsis de sentimientos y bienvenida a los símbolos; 2da etapa: iluminación del alma y nutrición de pensamientos positivos; 3ra etapa: Redefinir la vida - buscar nuevos significados y propósitos o significado en la vida - reconexión con el Ser. La terapia de arte hace posible despertar la energía creativa y el amor de la vida. Tales aspectos colaboran para que Arteterapia sea una herramienta efectiva en tiempos de pandemia, capaz de mejorar lo mejor de nosotros hacia nuestro proceso de individualización, brindando bienestar y una mejor calidad de vida!

Palavras-clave: Arteterapia; Terapia com arte; Salud mental; Pandemias.

---

[7]Baseado nas Lives “Arteterapia: potencializando o melhor de si”, “Saúde mental e Arteterapia: o que a pandemia trouxe de positivo na minha vida?”, “Arteterapia como suporte emocional para situações de crise” e na Oficina I “Arteterapia e Espiritualidade” realizadas pela autora em 2020

[8]Arteterapeuta nº 001/0301- Associação Brasil Central de Arteterapia (ABCA), Membro fundadora da ABCA, Doutora em Enfermagem Psiquiátrica, Profª Adjunto da Universidade de Brasília (UnB), Membro da Liga de Saúde Mental Intensamente UnB - Brasília-DF, Brasil. E-mail: aclaudiaval@unb.br

ARTETERAPIA
Cores da Vida
Ano 16 - Volume 27 - Edição Especial - 2020

O impacto e a repercussão da pandemia sobre a saúde mental nas pessoas

Tudo aquilo que não enfrentamos em vida acaba se tornando o nosso destino
(Carl Jung)

Vivenciamos, atualmente, um momento histórico peculiar frente a uma experiência nova de pandemia, de forma jamais imaginada pela nossa sociedade vigente. Diante de um cenário repleto de indefinições e incertezas, gera-se em nós um desequilíbrio psíquico, pois desafia os nossos mecanismos habituais de enfrentamento e a possibilidade de autorregulação da própria vida. Um vírus invisível que invade e, inesperadamente, atrapalha as nossas vidas, priva-nos de liberdades individuais e de encontros presenciais, empurra-nos para dentro das nossas residências, tanto físicas ou materiais, quanto anímicas.

Em uma sociedade contemporânea, cujo foco é a extroversão em que se priorizam a produtividade, o consumismo, o individualismo e um estado de tensão a todo instante, de tal forma que não se permite o desconectar ou o descanso mental, a pandemia vem para mudar, abruptamente, esse ritmo de vida de tal forma que empurra o ser a criar estratégias herméticas rápidas para lidar com essa nova situação. A transformação só ocorre quando perdemos a segurança adaptativa e deixamos de lado a zona de conforto, para questionarmos e revermos melhor nossas vidas.

Um dos fatores que auxiliam o enfrentamento da crise é o estímulo à resiliência individual. A resiliência é um conjunto de características e recursos de uma pessoa que, sob condições de estresse, lhe possibilitem manter ou recuperar rapidamente sua homeostase física ou psíquica de forma funcional, e oferece uma oportunidade de aprendizado e desenvolvimento (STEFANELLI; FUNKUDA; ARANTES, 2008; BRASIL, 2013). A Arteterapia pode ser um caminho simbólico e criativo para ajudar no enfrentamento da crise e estimular a resiliência no indivíduo.

A Arteterapia como caminho simbólico, criativo e científico para lidar com a pandemia do COVID-19

A arte existe porque a vida não basta
(Ferreira Gullar)

A Arteterapia pode auxiliar na luta contra dois inimigos invisíveis: o isolamento do COVID-19 e os problemas de saúde mental devido ao estresse e aos traumas. A Arteterapia é uma atividade que ajuda no autoconhecimento e no lidar com as situações de crise emocional. Na Arteterapia se exercita a criatividade e aumenta a capacidade de encontrar uma sensação de controle dentro do caos, além de fornecer uma saída para suas emoções (BRAUS; MORTON, 2000). A arte relaxa naturalmente as pessoas, permite que elas se sintam absorvidas por atividades criativas e agradáveis, o que favorece a redução do estresse. Igualmente, promove a autoexpressão, a autoestima e a mobilização de emoções bloqueadas para aliviar a ansiedade (CASTRO; VENTURA, 2000).

A prática da Arteterapia é centrada na criação de imagens e de símbolos. Isso funciona como uma ferramenta ou um recurso para lidar com a ressignificação. Ao se fazer organizar externamente por meio da Arteterapia, a pessoa, concomitantemente, vai-se organizando internamente (VALLADARES-TORRES; LAGO, 2018; VALLADARES-TORRES; LAGO, 2020; VALLADARES-TORRES; MOREIRA, 2020; VALLADARES-TORRES; RIBEIRO, 2020; VALLADARES-TORRES *et al*., 2020).

Neste espaço, trago um convite para as pessoas buscarem espaço para o autoconhecimento, para o resgate da sua energia interna e encontrar saídas saudáveis para essa crise. Será uma experiência de morte e de renascimento simbólicos, de ir ao encontro da sombra e da luz, desbravar e empoderar-se, inaugurar outra história de vida, repleta de enfrentamento, de superação, de crescimento e de evolução, que significa ativar a Jornada do Herói em nós (COUSINEAU, 2004; CAMPBELL, 2017).

Fazer ativar a Jornada do Herói em cada um, em Arteterapia, na qual a pessoa passa por adversidades e a partir disso, ela sai de si e vai ao encontro de seus potenciais de cura, ocultos, para ativar a resiliência interna. Conceitualmente, a Jornada do Herói pode ser definida como um processo cíclico presente nos mitos e nos contos e que representam simbolicamente a trajetória de evolução e transformação psíquica. Os doze passos da Jornada do Herói são descritos descrita na Figura 1:

ARTETERAPIA
Cores da Vida
Ano 16 - Volume 27 - Edição Especial - 2020

Fig.1 – Descrição dos 12 passos da Jornada do Herói
Fonte: https://blog.terapiadebolso.com.br/os-12-passos-da-jornada-do-heroi-representacao-psicologica/

- 1º passo - A vida cotidiana – A pessoa apresenta conflitos pessoais, profissionais, de relacionamento, sente-se frustrado, insatisfeito ou infeliz, entretanto mantém na zona de conforto com a situação, isto é, em estado de Procrastinação ou de Sabotagem.

- 2º passo - O chamado – A realidade muda e obriga a pessoa a deixar a zona de conforto.

- **3º passo – A recusa –** Inicialmente há uma resistência natural às mudanças e a culpa dos conflitos finda por se alojar no outro e há uma fuga da realidade.

- **4º passo – O mestre** – A pessoa consegue entender que precisa assumir esse novo rumo em que a vida a colocou, após um contato estreito com outra pessoa (amigo, mentor espiritual ou terapeuta). A pessoa compreende que o conflito é mais amplo e complexo do que acredita ser.

- **5º passo – A travessia do primeiro limiar** – O indivíduo começa a identificar que é o herói da sua vida e inicia a sua travessia em busca de um mundo melhor e se permite ter novas atitudes e ir a diferentes lugares. Vai de encontro a suas sombras e resgata para a consciência seus conflitos internos.

- 6º passo – Testes aliados e inimigos – Toda mudança exige persistência, força e coragem e manutenção do propósito de mudança. O Ego vai passar por alguns desafios e deve-se evitar que a vaidade e o orgulho tirem a pessoa do seu foco maior, que é a autotransformação e empoderamento pessoal.

- **7º passo – Aproximação da caverna oculta** – É o período de se manter firme no propósito de uma Transformação Pessoal e de maior Felicidade, apesar dos desafios e de um conflito interno psicológico. O indivíduo tem dois caminhos distintos, o do desespero e o da desestrutura e abandonar a trajetória e outra caminho de olhar para si e visualizar a sua Força interna que faz a pessoa prosperar.

- **8º passo – A provação suprema** – Fase de confirmação da mudança, de enfrentamento dos conflitos e de confiança em si próprio.

- 9º passo – A recompensa – Período em que consegue extrair as habilidades, vencer os medos e traumas e a pessoa passa a se sentir mais plena e feliz.

- **10º passo – O caminho de volta –** A pessoa percebe que, mesmo diante de outras situações difíceis, ela se transformou, tornou-se melhor e mais decidida nos seus objetivos.

- 11º passo – Ressurreição – A pessoa se sente motivada a encorajar outras pessoas a iniciar o caminho do herói.

- **12º passo – O retorno com o elixir** – O indivíduo torna-se um Mentor na transformação de muitas pessoas; Com dedicação, esforço, introspecção, autoconhecimento, reconhecimento de forças e limitações, as pessoas são capazes de mudar para uma vida plena, gloriosa e feliz.

ARTETERAPIA
Cores da Vida
Ano 16 - Volume 27 - Edição Especial - 2020

Essas atividades serão sugeridas sem acompanhamento externo, mas, caso o arteterapeuta ou o participante queira compartilhar essas atividades sob supervisão de psicoterapeuta ou um arteterapeuta será válido, especialmente para aqueles que sofrem de graves problemas mentais e comportamentais. O terapeuta traz com mais segurança e ajuda a pessoa a passar e a lidar com mais suporte pelo seu sofrimento psíquico. Num momento de Crise, processar todos os conteúdos simbólicos de forma solitária não é uma tarefa simples, por isso, recomenda-se que o participante possa ter como suporte um terapeuta como testemunha íntima da sua travessia emocional, alguém competente que o acolha e o escute de forma reflexiva e mais ampliada (CIORNAI, 2020).

Serão propostos, aqui, três exercícios arteterapêuticos a serem realizados de forma sequencial. Todas as atividades terão como base a mandala, o giz de cera/pastel e a colagem. Segundo Jung (2005), a mandala é um símbolo perfeito de integração, de harmonia e de transformação e sua utilização tem uma dupla finalidade, a de conservar a ordem psíquica, se ela já existe, ou de restabelecê-la, se desapareceu. Para Philippini (2009), a colagem e os materiais gráficos são ordenadores, estruturantes e de fácil manipulação – atividades indicadas para as pessoas que se encontram fragilizadas no período de crise.

As três etapas são apresentadas a seguir: 1ª etapa: Contato com a sombra e mergulho na escuridão de si mesmos; 2ª etapa: Iluminação da alma e nutrir-se de pensamentos positivos; 3ª etapa: Ressignificar a vida. Diante de cada etapa serão sugeridas outras atividades de expressão criativa. Essas atividades são propostas a serem desenvolvidas durante a pandemia ou em outra situação de crise. Aqui foram desenvolvidas essas três atividades a título de exemplificar essa proposta de ação.

1ª etapa - Contato com a sombra e o mergulho na escuridão de nós mesmos

Conhecer a sua própria escuridão.
É o melhor método para lidar com a escuridão do outro
(Carl Jung)

A consigna inicial do trabalho é: “Vou convidá-los a descer para o mundo interno para encontrar com sua sombra”. É a oportunidade de abrir um caminho de expressão de alguns conteúdos sombrios do inconsciente. Ir ao encontro da própria sombra é conhecer a própria escuridão, é conhecer as dores, o sofrimento, as tentações, as raivas, as ansiedades, as culpas, os complexos e a morte tanto física, quanto espiritual. Ir ao encontro da sombra não é uma empreitada fácil, exige coragem, pois a sombra é escura, desconhecida e geradora de medo. Entretanto, é justamente na sombra que estão escondidas as forças, os tesouros, as qualidades, os potenciais, os dons e os talentos pessoais (BERNARDO, 2020a, 2020b; 2020c).

Esta fase também objetiva diminuir o estresse e a ansiedade iniciais, pois permite dar um alívio seguro para o sofrimento humano. O Quadro 1 ilustra a elaboração da mandala nº 1.

Quadro 1 – Elaboração da mandala nº 1 que é um exercício de elaboração simbólica. Brasília, DF, 2020

Fig.1 – A representação dos sentimentos, dos pensamentos e emoções que sejam negativos e gerados pela pandemia. Escolher um ou mais dessas palavras negativas que foram mais prevalentes e

Fig.2 – A representação Mandala com a sombra pessoal e a imagem simbólica dos sentimentos escolhidos e representados pelo desenho.

representar em forma de desenho.

Ao entrar em contato com a sombra, tensões e polaridades opositivas dos mundos inconsciente (gerados pela sombra) e consciente (gerados pelo Ego) podem surgir e permitir que a terceira função, que é a Função Transcendente, possa emergir e aflorar os símbolos.

Ao dar materialidade a esses símbolos negativos, o distanciamento reflexivo permite dar um espaço de diálogo e de escutar o que o inconsciente tem a dizer. Caso escolha a "raiva", deve-se realizar o seguinte questionamento: "Raiva" de quê? Quando a "raiva" aparece? Que espaço a "raiva" está ocupando na minha vida? O que essa "raiva" significa para mim? O que eu devo aprender com a minha "raiva"?

Tentar escutar o conteúdo simbólico nas várias dimensões: psicológicas, corpórea e espiritual.

Outras sugestões de atividades expressivas para a etapa 1:

a) Desenhos sobre lixa – possibilitam a expressão e a ressignificação de momentos ásperos;

b) Transformação de sucata, recorte e colagem ou mosaico – permitem a desestruturação/fragmentação e a estruturação, além da organização dos sentimentos;

c) Pintar, desenhar ou escrever o sentimento negativo no papel e depois rasgar e queimar esses sentimentos. Posteriormente, adicionar água e cola às cinzar e desenhar com a mistura - possibilita elaborar o sentimento negativo;

d) Trabalhar com massa de modelagem – trabalha a flexibilização;

e) Encontrar fotografias antigas do autor ou de pessoas ou momentos desagradáveis – explorar com sentimentos negativos gerados por essas fotografias pessoas e permitir o diálogo sobre os sentimentos despertados por elas;

f) Lidar com o baralho das emoções com diferentes sentimentos negativos – escolher um sentimento e explorar esse sentimento (CAMINHA; CAMINHA, 2014).

2ª etapa - Iluminação da alma - nutrir-se de emoções positivas

O sofrimento precisa ser superado,
e o único meio de superá-lo é suportando-o.
Só aquilo que somos realmente tem o poder de nos curar
(Carl Jung)

A segunda fase é de adaptação e de flexibilidade do pensamento. Poder olhar de outra forma para os sentimentos negativos e tentar minimizá-los. Assim, o indivíduo deve nutrir-se de emoções positivas e estimular a harmonização, o relaxamento e a tranquilidade. Nesta fase, devem-se estimular atividades que tragam prazer e satisfação, dentro de um planejamento de esperança a cada dia. O Quadro 2 ilustra a elaboração da mandala nº 2.

Quadro 2 – Elaboração da mandala nº 2 que é um exercício de iluminar a alma e nutrir-se de emoções positivas. Brasília, DF, 2020

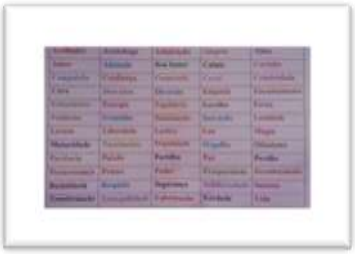


Fig.3 – A representação de diversos

Fig.4 – A representação da Mandala de luz. Deixar

sentimentos, pensamentos e emoções positivas. Escolher um ou mais dessas palavras positivas que podem ser afloradas neste momento e representar em forma de desenho.	prevalecerem os potenciais de luz. Trabalhar a meditação, a concentração e o silêncio sobre a mandala produzida. Dançar em volta da mandala.

Depois de pronta a mandala, concentrar-se nela e nos sentimentos aflorados, alongar, respeitar e realizar uma meditação em volta dela ao som de uma música contemplativa. Pode-se dançar em volta da mandala ao som de uma música de que a pessoa goste e que lhe faça bem. Trazer o equilíbrio dinâmico entre as forças de Yin (feminino) e de Yang (masculino) e a amorosidade da vida.

O próprio momento de produção da obra se torna um contato consigo mesmo, um instante de concentração e silêncio em que as ideias podem ser organizadas e desmistificadas antes de serem expostas. É um momento mágico de paz e de nutrir-se de emoções positivas. O foco está no realinhamento psíquico e no equilíbrio entre o eixo *Ego-Self*, pois o bom humor e a alegria podem estimular o sistema imunológico para o enfrentamento de uma crise.

Outras sugestões de atividades expressivas para a etapa 2:

a) Manusear argila - oferece uma abordagem prática que facilita uma experiência no momento presente, que é particularmente adequada ao envolvimento contemplativo;

b) Trabalhar com tricô e crochê – os movimentos repetitivos das mãos estimulam uma atividade de recompensa ativa, na qual a mente e o corpo trabalham juntos para se concentrar em uma tarefa específica. Isso pode ter um efeito calmante e meditativo;

c) Escutar sons contemplativos e relaxantes de pássaros, cachoeiras, natureza em geral — ajuda a tranquilizar;

d) Concentrar na respiração, inspirar e expirar conscientemente de forma profunda e duradoura — exercício simples que ajuda a acalmar e diminui o estresse;

e) Criar uma melodia ou escrever um poema ou um conto — estimula a diversão e a concentração;

f) Visualizar fotos e imagens antigas, estimular as memória e lembranças agradáveis, assistir a uma comédia, brincar ludicamente, atividades que sejam divertidas – para cultivar o lado positivo da vida e concentrar-se nele;

g) Anotar três emoções positivas ou escrever pensamentos positivos sobre os avanços conquistados no cotidiano — para concentrar a pessoa em experiências positivas e aprender algo interessante ou novo;

h) Fazer uma lista de atividades em que a pessoa tem ou não tem controle sobre a vida — depois que perceber que há certas atividades que estão fora do controle da sua vida, libertar-se delas e concentre-se no aqui-e-agora.

3ª etapa – Ressignificar a vida, buscar novos significados e propósitos ou sentido na vida

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

É um momento de ressignificar a vida. É trazer o futuro para o presente e desenvolver uma mandala com novos significados, propósitos ou sentido na vida, em uma dimensão simbólica ou metafórica do ser. É o momento de fazer as escolhas e de priorizar os caminhos, de visualizar possibilidades de ação e de autoafirmação. Primeiro, precisa haver um desejo de mudança interno com o revelar de desejos, de aspirações e de necessidades, para que a mudança externa possa projetar-se. O importante nesta etapa é alinhar o pensar com o querer e com o sentir. E cada pessoa tem uma contribuição (remédio) para ajudar o mundo a evoluir, na cura do planeta.

Representar a mandala em três eixos, a saber: individual, familiar/social e comunitário, depois vai desenhar seus sonhos e/ou desejos dentro de cada eixo específico. O eixo individual poderá conter as realizações emocionais, físicas, o plano profissional e ao funcional. O eixo familiar/social poderá abranger a dinâmica do relacionamento e desempenho de papéis, as relações de amizades e sociais. O eixo comunitário poderá contemplar a solidariedade, o fraternal, a empatia e o amor ao próximo. E, finalmente, o eixo espiritual, que inclui as crenças, a fé, a esperança e facilita que a pessoa esteja mais conectada com o sagrado que existe dentro de cada um, deverão permear os outros três eixos. Posteriormente, vai escrever sobre cada desejo, um plano de ação realista para fazer cumprir as metas.

ARTETERAPIA
Cores da Vida
Ano 16 - Volume 27 - Edição Especial - 2020

Cada pessoa é agente protagonista e um gerente da própria vida em busca da sua cura interna e de estar em sintonia com seus potenciais e suas vocações verdadeiras de si. Segundo Philippini (2018) a Arteterapia pode auxiliar na construção de um território criativo e no fortalecimento da identidade e devem-se fazer algumas reflexões sobre o propósito de vida: - Quem sou eu? - De que eu necessito? - O que desejo realizar? – Em que eu desejo transformar-me?

Colar as quatro deusas gregas: Atená, Deméter, Hera e Afrodite em volta da mandala, que representam as forças primordiais universais que residem no inconsciente coletivo de cada mulher. Trazer a sabedoria e a força guerreira de Atená, a natureza e os cuidados de Deméter, a maturidade e o companheirismo no casamento de Hera, assim como, o amor e a beleza de Afrodite. As imagens que se seguem ilustram as quatro deusas gregas (Quadro 3).

Deusa Era Deusa Atená Deusa Deméter Deusa Afrodite
Fonte: www.google.com

O Quadro 3 ilustra a elaboração da mandala nº 3.

Quadro 3 – Elaboração da mandala nº 3 que é um exercício do propósito de vida. Brasília, DF, 2020

Eixos:
Individual,
Familiar/Social e
Comunitário

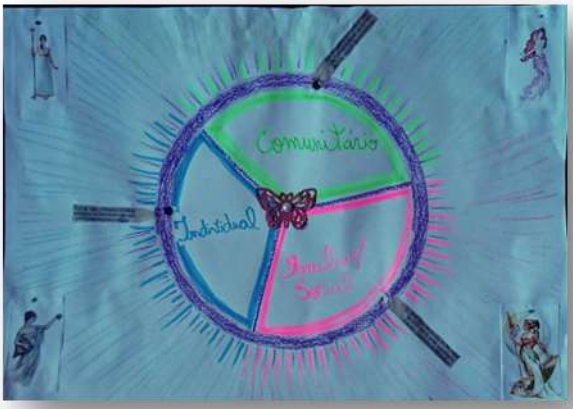


Fig.5 – A representação dos três eixos de mudança. Representar graficamente as mudanças dentro de cada eixo e colar na mandala.

Fig.6 – A representação da Mandala de propósito de vida. Refletir sobre com o que se deseja conectar.
Colar as quatro deusas gregas: Atená, Deméter, Hera e Afrodite em volta da mandala, que representam as forças primordiais universais que residem no inconsciente coletivo de cada pessoa, a saber: sabedoria e guerra (Atená), agricultura e maternidade (Deméter), maturidade e casamento (Hera) e amor e beleza (Afrodite). Essas

forças deverão estar em equilíbrio dentro de si para não haver paralisações ou bloqueio no desenvolvimento do psiquismo (BOLEN, 2005).

Outras sugestões de atividades expressivas para a etapa 3:

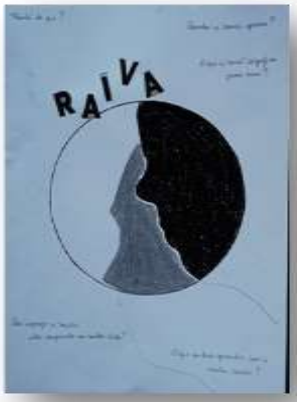
a. Desenhar e pintar mãos e pés – representa a autonomia do sujeito (mãos) e lugares que deseja pisar ou onde estar (pés);

b. Trabalhar com contos – absorver estruturas arquetípicas, conectar e compartilhar com o que é simples e verdadeiro;

c. Imaginação ativa ou dirigida – resgata as fantasias e sonhos esquecidos.

As três etapas foram resumidas e apresentadas na sequencia registrada no Quadro 4, a seguir: 1ª etapa: Contato com a sombra; 2ª etapa: Iluminação da alma e nutrir-se de pensamentos positivos; 3ª etapa: Projeto de vida.

Quadro 4 – Resumo das três etapas da sequência do trabalho em Arteterapia descritos no texto. Brasília, DF, 2020

Na **1ª etapa**	Na **2ª etapa**	Na **3ª etapa**
		
Contato com a sombra	Iluminação da alma e nutrir-se de pensamentos positivos	Projeto de vida

Trabalhemos aqui com três etapas são apresentadas no Quadro 4 e adaptadas com a Jornada do Herói de Cousineau (2004) e de Campbell (2017) resumidas no Quadro 5.

Quadro 5 – Resumo das três etapas adaptadas com a Jornada do Herói de Cousineau (2004) e Campbell (2017). Brasília, DF, 2020

Antes da 1ª etapa	Na **1ª etapa: Contato com a sombra**	Na **2ª etapa: Iluminação da alma e nutrir-se de pensamentos positivos**	Na **3ª etapa: Projeto de vida**
1º passo - A vida cotidiana; 2º passo - O chamado; 3º passo – A recusa; 4º passo – O mestre.	5º passo – A travessia do primeiro limiar; 6º passo – Testes aliados e inimigos.	7º passo – Aproximação da caverna oculta; 8º passo – A provação suprema; 9º passo – A recompensa.	10º passo – O caminho de volta; 11º passo – Ressurreição; 12º passo – O retorno com o elixir.

Considerações Finais

Onde o amor impera, não há desejo de poder;
e onde o poder predomina, há falta de amor.
Um é a sombra do outro.
(Carl Jung)

Não podermos ficar paralizados nas fases de luto e compactuar com essa dor, esses sofrimento, menosprezando o ser humano. Num tempo de recolhimento individual e coletivo é possível encontrar a reflexão do que está funcionando positivamente e o que não está bem, em busca da transformação, da inovação, do engajamento com o novo. Do passado podemos encontrar as nossas experiências e para o futuro, as estratégias de luta. Devemos estimular uma evolução de dentro para fora e encontrar uma vida mais plena de sentido para nós e para nosso planeta.

Frente ao trauma, com as polaridades opositivas deve-se proporcionar um diálogo e fazer às conexões possíveis, pois os dois lados se complementam e formam uma nova realidade. Segundo Von Franz (1984), a criatividade é a energia que circula entre dois polos, num olhar que integra. Despertar da resiliência e de uma vida mais plena. Sair da zona de conforto e ser o protagonista da sua história em direção ao Processo de Individuação! Conectar com o que existe de mais sagrado em nós, um lugar de força e renovação. Porque Deus está dentro de nós!

A Arteterapia possibilita despertar a energia criativa e a amorosidade da vida. Tais aspectos contribuem para que a Arteterapia seja uma ferramenta eficaz em tempos de pandemia, capaz de potencializar o melhor cada um em direção ao próprio processo de individuação, trazendo bem-estar e melhor qualidade de vida. Concentrar-se no que é essencial e viver com mais criatividade, afeto, leveza, flexibilidade e simplicidade. Deixar de ser disfuncional e extremamente patriarcal e solar, desta forma mais egocêntrico, racional, material, competitivo, consumista e previsível e inseridos num planeta de desigualdades diversas, da exclusão de pessoas e do vazio existencial.

Convidar as forças positivas internas que existem dentro cada pessoa, para colocar o Ego (consciência) e a verdadeira natureza interna a serviço do *Self* (vocação). As pessoas podem sair da pandemia mais evoluídos, experientes e com mais coragem do que antes. Não deixar de cuidar da Grande Mãe simbólica, que é a Mãe Natureza, tanto física como espiritual, deixar florescer a generosidade e a natureza em abundância.

ARTETERAPIA Cores da Vida
Ano 16 - Volume 27 - Edição Especial - 2020

A prática da Arteterapia pode nos auxiliar com práticas mais saudáveis, criativas e harminiosa com propositivos de estabelecer atividades mais colaborativas e integradas, indo do individual, familiar ao coletivo e planetávrio. A capacidade de amar o outro e a si próprio resgata a cura psíquica e, assim, estimula o indivíduo a ser capaz de reinventar a própria história pessoal, da humanidade e das condições de vida. E, finalmente, trazer a luz: cor e alma, trazer a Arteterapia para a própria vida!

Referências

BERNARDO, P. P. Instagram. Live. **Arteterapia a serviço da vida**. 2020a abr. 22 [citado em 2020 abr. 22].

BERNARDO, P. P. Instagram. Live. **Reinventar-se: resiliência e criatividade em Arteterapia**. 2020b abr. 29 [citado em 2020 abr. 29].

BERNARDO, P. P. Youtube: Jung na Prática. Live. **A natureza humana e planetária: Arteterapia e autocura**. 2020c maio 02 [citado em 2020 maio 02]. Disponível em: www.youtube.com/jungnapratica

BOLEN, J. S. **As deusas e a mulher: nova psicologia das mulheres**. 7. ed. São Paulo: Paulus, 2005.

BRAUS, M.; MORTON, B. Art therapy in the time of COVID-19. **Psychol Trauma**; 12(S1): S267-S268, Aug. 2020. DOI: 10.1037/tra0000746. Available from: https://doi.apa.org/fulltext/2020-37310-001.html

CASTRO, V. C.; VENTURA, M. P. M. A. **Pandemia, colores y posibilidades**: herramientas psicoterapéuticas informadas del trauma y recursos de Arteterapia [online]. Disponible en: https://www.menteacolor.com/index.php/es/nuestro-blog/64-pandemia-colores-y-posibilidades-herramientas-psicoterapeuticas-informadas-del-trauma-y-recursos-de-Arteterapia?fbclid=IwAR3c0VVe36qvevCjw6tyab5xoLShYhqnex0NqQc7asEme7nsLFw8SZ0Yq7s [capturado en 30 jun. 2020].

BRASIL, Ministério da Saúde. **Cadernos de atenção básica, nº34: saúde mental**. Brasília: MS, 2013.

CAMINHA, R. M.; CAMINHA, M. G. Baralho das emoções: acessando a criança no trabalho clínico. 4. ed. Novo Hamburgo, RS: Sinopsys, 2014.

COUSINEAU, P. (Org.) A **Jornada do Herói**: Joseph Campbell: vida e obra. São Paulo: Agora, 2004.

CAMPBELL, J. **Herói de mil faces**. São Paulo: pensamento, 2017.

CIORNAI, S. Instagram. Live. **Experiências psicológicas, psicoterapia e Arteterapia em tempos de pandemia**. 2020 maio 08 [citado em 2020 maio 08].

JUNG, C. G. Chegando ao inconsciente. In: JUNG, C. G. **O homem e seus símbolos**. 15. ed. Rio de Janeiro: Nova Fronteira, 2005. Cap.1. p.18-103.

PHILIPPINI, A. **Imaginário em Arteterapia**: a vez e a voz dos personagens. Rio de Janeiro: WAK, 2018.

PHILIPPINI, A. **Linguagem e materiais expressivos em Arteterapia**: uso, indicação e propriedades. Rio de Janeiro: WAK, 2009.

STEFANELLI, M. C.; FUNKUDA, I. M. K.; ARANTES, E. C. (Org.). **Enfermagem psiquiátrica em suas dimensões assistenciais**. Barueri, SP: Manole, 2008.

VALLADARES-TORRES, A. C. A.; LAGO, D. M. S. K. Imaginário de dependentes de drogas sobre desenho projetivo/colagem da árvore em Arteterapia – estudos de caso. **Rev Científica Arteterapia Cores da Vida**. v.25, n.2, p.38-52, Jul./Dez. 2018. Disponível em: https://www.abcaArteterapia.com/revista-cores-da-vida

VALLADARES-TORRES, A. C. A.; LAGO, D. M. S. K. Saúde mental e estratégias de enfrentamento ao isolamento social na pandemia de COVID-19. In: DUARTE, A. G.; AVILA, C. F. D. (Org.). **A COVID-19 no Brasil: ciência, inovação tecnológica e políticas públicas**. Curitiba, PR: CRV, 2020. p.237-256. Vol.1. Livro impresso e Ebook. Doi: 1024824/9786555784336.

VALLADARES-TORRES, A. C. A.; MOREIRA, D. S. S. Alterações das emoções nas intervenções de Arteterapia com o uso de histórias aplicadas a mulheres dependentes de drogas. **Rev Científica Arteterapia Cores da Vida**. v.27, n.1, p.18-28, Jan./Jun. 2020. Disponível em: https://www.abcaArteterapia.com/revista-cores-da-vida

VALLADARES-TORRES, A. C. A.; RIBEIRO, V. R. Arteterapia como mediadora lúdica no contexto do câncer ou de doenças crônicas infantojuvenis. **Rev Científica Arteterapia Cores da Vida**. v.27, n.2, p.5-12, Jan./Jun. 2020. Disponível em: https://www.abcaArteterapia.com/revista-cores-da-vida

VALLADARES-TORRES, A. C. A. *et al*. A Ponte da Vida: evolução psicossocial de homem dependente de drogas a partir de representações gráficas. **Rev Científica Arteterapia Cores da Vida**. v.26, n.2, p.3-16, Jul./Dez. 2019. Disponível em: https://www.abcaArteterapia.com/revista-cores-da-vida

VON FRANZ, M-L. **A individuação nos contos de fada**. São Paulo: Paulinas, 1984.

VALLADARES-TORRES, A. C. A. Instagram. Live: **Arteterapia: potencializando o melhor de si**. 2020 maio 20 [citado em 2020 setembro 30].

VALLADARES-TORRES, A. C. A. Youtube. Live: **Saúde mental e Arteterapia: o que a pandemia trouxe de positivo na minha vida?** 2020 julho 02 [citado em 2020 setembro 30]. Disponível em: https://www.youtube.com/watch?v=2w4FWjP1uYQ&ab_channel=Intensamenteunb

VALLADARES-TORRES, A. C. A. Youtube. **Oficina I: Arteterapia e Espiritualidade**. 2020 setembro 24 [citado em 2020 outubro 15]. Disponível em: youtube.com/extensaounb

VALLADARES-TORRES, A. C. A. Youtube. Live: **Arteterapia como suporte emocional para situações de crise**. 2020 setembro 10 [citado em 2020 outubro 15]. Disponível em: https://www.youtube.com/watch?v=Oq533GUllyc&ab_channel=Intensamenteunb

ARTETERAPIA Cores da Vida
Ano 16 - Volume 27 - Edição Especial - 2020

5 – *CONEXÃO ELAS* - RODA, MULHER E ARTE: ACOLHIMENTO ARTETERAPÊUTICO DURANTE A PANDEMIA

Júlia Maria de Santa Cruz Fontes[9]

Resumo: O presente trabalho é um relato feito a partir de dado coletados e analisados através do método fenomenológico sobre o projeto piloto "Conexão Elas", que teve por objetivo promover uma jornada criativa de cuidado de si amparada pelo acolhimento e suporte emocional próprios de uma rede de apoio através da Arteterapia de abordagem gestáltica. Realizados em contexto grupal via plataforma de videochamada durante a pandemia pela COVID-19, os encontros do projeto buscaram abordar temáticas que produzissem “Cartografias de si” através da metáfora “Morada de si”, que conduziu as participantes por um trabalho cartografado pelos espaços de habitação existencial: “Casa”, “Águas”, “Corpo” e “Ciclos”. Neste relato faço uma apresentação dos objetivos, metodologia, produção, referenciais teóricos, descrição objetiva dos quatro encontros, relatos e obras das participantes e uma breve conclusão. Durante o projeto, tivemos uma rede de mulheres conectadas que possibilitou um espaço de expressão, partilha e elaboração dos conteúdos emergentes durante a quarentena. Os relatos das participantes apontam que esta jornada as guiou por caminhos criativos que possibilitaram transformar, de maneira mais saudável, as suas experiências de vida durante o momento pandêmico.

Palavras-chave: Arteterapia gestáltica, contexto grupal; mulheres em isolamento físico/social; atendimento virtual.

Conexão Elas - Roda, woman and art: art therapy reception during the pandemic

Abstract: This work is a report made by a phenomenological method about the pilot project "Conexão Elas", which aimed to promote a creative journey of self-care supported by the welcoming and sustained by a supportive network through Gestalt Art Therapy. It held in a group context through a video call platform during the COVID-19 pandemic, the project meetings sought to address themes that produced “Self Cartographies” through the metaphor “Inner Home”, which led the participants through a work mapped by the place of existential housing: "House", "Waters", "Body" and "Cycles". In this report, I make a presentation of the objectives, production, theoretical references, objective description of the four meetings, narratives and works of the participants and a brief conclusion. During the project, we had a network of connected women that allowed a place for expression, sharing and elaboration of the emerging content during the quarantine. The participants' reports point out that this journey guided them through creative paths that made it possible to transform their life experiences during a pandemic healthy way.
Keywords: Gestalt Art Therapy, group context; women in physical/social isolation; virtual assistance.

Conexão Elas - Roda, mujer y arte: recepción de Arteterapia durante la pandemia

Resumen: Este trabajo es un reporte hecho con el método fenomenológico acerca del proyecto piloto "Conexão Elas" que tuvo como objetivo promover un viaje creativo de autocuidado a través del apoyo acogedor y emocional propio de una red de apoyo de la Arteterapia de enfoque Gestalt. Realizadas en un contexto grupal en una plataforma de videollamadas durante la pandemia COVID-19, las reuniones del proyecto buscaron abordar temas para producir “Cartografías del yo” a través de la metáfora “Viviendas de si mismo”, que condujo a los participantes a un trabajo mapeado por los espacios de vivienda existencial: Casa, Aguas, Cuerpo y Ciclos. En este reporte, hago una presentación de los objetivos, producción, referenciales teóricos, descripción objetiva de los cuatro encuentros, informes y trabajos de los participantes y una breve conclusión. Durante el proyecto, contamos con una red de mujeres conectadas que permitió un espacio para expresarse, compartir y elaborar lo que emergió durante la cuarentena. Los informes de las participantes señalan que este viaje las guió por caminos creativos que hicieron posible transformar sus experiencias de vida durante una pandemia de manera más saludable.
Palavras-clave: Arteterapia Gestalt, contexto grupal, mujeres en aislamiento físico/social, asistencia virtual.

[9] Licenciada em Arte Educação/Artes Cênicas pela UFPE (Recife - PE), especialista em Arteterapia pelo Instituto Sedes Sapientiae (São Paulo - SP), Artista da Cena e idealizadora do Ateliê do Sensível. E-mail: ajuliafontes@gmail.com

ARTETERAPIA
Cores da Vida
Ano 16 - Volume 27 - Edição Especial - 2020

"Vamos admitir. Nós, mulheres, estamos construindo uma terra natal;
cada uma com seu próprio lote de terra extraída de uma noite de sonhos,
um dia de trabalho. Estamos espalhando essa terra em círculos cada vez mais amplos,
bem devagar. Um dia, ela será uma terra contínua, uma terra ressuscitada de volta dos mortos. Mundo de la Madre, a terra natal psíquica, que coexiste e é equivalente em todos os mundos. É um mundo feito da nossa vida, dos nossos gritos, do nosso riso, dos nossos ossos.
É um mundo que vale a pena criar, no qual vale a pena viver; um mundo em que predomina uma sanidade honesta e selvagem."
("Mulheres que Correm com os Lobos", Clarissa Pinkola Éstes)

1. Introduzindo a roda: um chamado para conectar mulheres

Na quarentena causada pela pandemia da COVID-19 no Brasil e no mundo no ano de 2020 senti um chamado contundente para ofertar o meu tempo e trabalho de maneira voluntária para acolher outras mulheres durante este momento tão desafiador e de profundas mudanças a nível global. Nasceu, assim, o projeto piloto "Conexão Elas", gestado no desejo de me reunir virtualmente com outras mulheres durante o período de isolamento físico/social.

Nos meses iniciais da quarentena muito se falou sobre a pressão por se manter produtiva, inclusive para realizar grandes transformações de vida. De maneira crítica e consciente, entendo que aproveitar o recolhimento causado por uma pandemia para encarar um processo de autoconhecimento é um privilégio enorme, já que a grande maioria da população se encontra lutando para sobreviver dia após dia. Todavia, pela perspectiva das mudanças impostas durante o isolamento físico/social, especialmente a diminuição do ritmo de vida e da socialização de maneira presencial, acredito que este período pode ser também uma oportunidade para dedicar um tempo maior ao recolhimento íntimo e, quem sabe, conciliar as partes que precisem de atenção e integração. Por esses caminhos de delicadas curvas, imaginei que o projeto piloto pudesse ser um convite tanto para quem pôde ficar mais tempo em casa e afastar-se do mundo para se proteger quanto para quem conseguisse tirar um tempo por semana para investir no cuidado de si.

Nesta configuração, o "Conexão Elas" foi pensado para que pudesse ajudar as mulheres a se sentirem conectadas e amparadas por uma rede de apoio, tão necessária nesses tempos desestruturantes e adoecedores, que ameaçam fortemente a nossa saúde integral (física, emocional e mental). Para executar essa força tarefa, decidi congregar essas três palavras-conceitos que são como guias em minhas práticas: Roda, Mulher e Arte. O perfil das participantes deste projeto piloto foi se construindo através de mulheres do meu vínculo social e o requisito básico para participação era o acesso à internet e a plataformas de videochamadas.

Já que os tempos atuais de confinamento são marcados pela recomendação do contato humano à distância ou via conexão virtual, arrisquei vivenciar a metáfora paradoxal do momento: isolar x conectar, de maneira a construir pontes de conexão entre mulheres a fim de diminuir os muitos isolamentos que possam estar vivenciando, fomentando, assim, a criação de novas e significativas redes de apoio, mesmo que virtuais. Desta forma, esta publicação busca relatar, de maneira sucinta o projeto pilito "Conexão Elas", que teve por objetivo promover uma jornada criativa de cuidado de si amparada pelo acolhimento e suporte emocional próprios de uma rede de apoio através da Arteterapia de abordagem gestáltica realizada em contexto grupal via plataforma de videochamada.

Como resultado do projeto, tivemos uma rede de mulheres conectadas ao longo de quatro encontros semanais, totalizando um mês, que possibilitaram um espaço de expressão, partilha e elaboração dos conteúdos emergentes durante a quarentena da COVID-19. A seguir caminharei pelos trajetos trilhados para que este projeto acontecesse: objetivos, metodologia, produção, referenciais teóricos, descrição objetiva dos quatro encontros, relatos e obras e uma breve conclusão, buscando imprimir o olhar de relatoria proposto pelo método fenomenológico que, como pontua Monique Augras (1986, p. 16, apud CIORNAI, 1999, p. 240), “[...] propõe caminhos para a compreensão, visando respeitar a complexidade do real e encontrar o sentido dentro do próprio fenômeno”, imprimindo, assim, nas cartografias aqui narradas uma suspensão dos referenciais fixos (de partidas ou chegadas) e do rigor com a coleta de dados de maneira estruturada mantendo, assim, a liberdade de não, necessariamente, concluir ou significar possíveis resultados exatos.

Relato aqui as experiências intersubjetivas promovidas pelos encontros e partilhadas objetivamente pelas atividades descritas e pelos relatos e obras das participantes. Por essas vias, proponho fomentar um espaço de registro onde irei partilhar vivências, minhas e de outras mulheres, consciente do devir próprio de cada encontro. Sobre o método de análise, pontua Selma Ciornai (apud CIORNAI,1999):

> Como método a fenomenologia vai empresar a "redução fenomenológica", que é o colocar todos os conhecimentos e teorias entre parênteses e voltar "às coisas mesmas", isto é, ao objeto de meu interesse, ao fenômeno, na medida do possível com "beginneres mind", sem a-prioris, com abertura para o novo, descrevendo-o tanto quanto possível sem interpretações. Somente então iremos refletir sobre o vivido, num movimento contínuo e dialético entre a experiência direta e a reflexão sobre esta experiência (CIORNAI, 1988, p.8 apud CIORNAI, 1999, p.240).

Partindo da abordagem fenomenológica, que sugere um contato interrelacional com o objeto a ser estudado, neste relato busco cultivar um olhar que se transforma e se reconfigura, à cada novo contato com os registros uma nova relação se estabelece.

2. O processo de construção do Conexão Elas

2.1. As motivações do projeto

O crescimento do número de violência contra a mulher; a solidão e o esgotamento físico e emocional das mães; o desemprego ascendente; a superexposição ao risco de contágio pelas trabalhadoras domésticas e profissionais da classe trabalhadora dos serviços essenciais; a exaustão das profissionais de saúde que estão na linha de frente da COVID-19[10], dentre outros dados alarmantes me mobilizaram a estruturar um processo de acolhimento pela Arteterapia de maneira remota os caminhos mais seguros de atuar sem a presença física, o contato "corpo a corpo" tão importante em nosso fazer.

2.2. Traçando o perfil do público

Para planejar o "Conexão Elas" foi preciso pensar nele com o caráter experimental já que não tinha, a princípio, a intenção de ofertar suporte psicológico emergencial destinado diretamente às pessoas afetadas pela COVID-19, nem também atender pessoas em extrema vulnerabilidade. Com a clareza da intenção, somada ao fato de que eu ainda estava buscando me apropriar das novas configurações dos atendimentos arteterapêuticos por vias virtuais, decidi iniciar o projeto através de um formato piloto com pessoas próximas a mim. Pessoas estas que, em sua maioria, estavam vivenciando profundas mudanças de vida e que, muito provavelmente, não poderiam arcar com os custos de um processo arteterapêutico no momento: artistas, pessoas em situação de transição profissional, desempregadas, migrantes, mães, dentre outras. Pelo aplicativo do Whatsapp, convidei mulheres do meu círculo, que, por seu turno, convidaram outras mulheres de suas redes de contato. As principais destinatárias foram mulheres cis, brasileiras, moradoras de cidades em diferentes regiões do país, de classe média (média/baixa), entre 30 e 50 anos, com disponibilidade para vivenciar um processo arteterapêutico virtual.

2.3. Divulgando e chegando ao público-alvo

Na divulgação via mensagens de Whatsapp cheguei a enviar convites a cerca de vinte mulheres e, em seguida, convidei as interessadas a acessar o grupo fechado criado no mesmo aplicativo através de um link automático. Ao entrarem no grupo fechado, elas recebiam um material em formato PDF[11], onde havia informações adicionais sobre todo o processo. Seguindo a ideia de projeto piloto, pensei em uma estrutura de grupo aberto, que poderia receber novas participantes a qualquer momento. Por isso, para cada encontro foi planejado um começo, um meio e um fim, sem que houvesse obrigatoriamente continuidade (com excessão do último encontro, em que deixei suspensa a entrada de novas participantes, pois havia pensado em fazer uma revisão do processo). Desta maneira, o grupo aberto iniciou com uma média de dez mulheres e, após algumas desistências, seguiu com uma média de seis mulheres por encontro. O grupo se desenvolveu, praticamente, com as mesmas participantes desde o segundo encontro.

2.4. Desenrolando os encontros: caminhos de criação através das temáticas e processos inspirados por quatro artistas mulheres

Ao longo do mês de Maio de 2020 tivemos encontros semanais, que juntos somaram quatro encontros ao total, formando o processo do "Conexão Elas". Nos encontros foram realizados procedimentos arteterapêuticos inspirados pelas obras de quatro artistas mulheres, selecionadas previamente: Hélène Lubienska de Lenval,

---

[10] Fontes: *"Menos renda, mais violência: mulheres estão entre os mais afetados pela pandemia":* https://www.brasildefato.com.br/2020/04/06/menos-renda-mais-violencia-mulheres-estao-entre-os-mais-afetados-pela-pandemia
"Quais os impactos da pandemia sobre as mulheres": https://www.nexojornal.com.br/expresso/2020/03/24/Quais-os-impactos-da-pandemia-sobre-as-mulheres

[11] Cartaz de divulgação: https://bityli.com/4j7P3 . Material norteador: https://bityli.com/CpF73

ARTETERAPIA Cores da Vida
Ano 16 - Volume 27 - Edição Especial - 2020

Gabriela Holanda, Luedji Luna e Frida Kahlo. Para fazer esta escolha curatorial, busquei considerar as seguintes questões: o tema do encontro em consonância com os conteúdos das obras; as linguagens artísticas variadas pensando nas técnicas e materiais a serem propostos; e a busca pela diversidade contemplando algumas representatividades: geográficas e socio-culturais (Europa, América do Norte - México e América do Sul - Brasil) e étnico-raciais (mulheres brancas, negras e latinas).

Os trabalhos das supracitadas artistas foram articulados conceitualmente para fornecer um espaço de livre expressão criativa, com o intuito de auxiliar no alívio de algumas das demandas emocionais urgentes desses tempos: medo, ansiedade, isolamento, solidão, luto, depressão. Conforme foi planejado (com várias adaptações na realidade do fazer), durante os encontros as participantes foram convidadas a exercitar na prática expressiva, guiada pela Arterapia, a experimentação da vida pelas vias da arte. Possibilitando o fortalecimento dos seus recursos internos, autorregulação, vitalização, awareness[12], além de bem-estar e prazer tão próprios do ato de criar individualmente e em coletivo e, assim, imaginar e vivenciar novas paisagens possíveis.

3. Criando conexões: Arteterapia em contexto grupal na autoinvestigação de uma Morada de Si e de Cartografias de si

Arteterapia é uma prática terapêutica expressiva que se utiliza de recursos artísticos diversos em várias linguagens: visuais, corporais, dramáticas, literárias, musicais etc., porém enfatizando a utilização de recursos expressivos das Artes Visuais. Conectando as experiências singulares da existência às múltiplas possibilidades de formas objetivas materializadas pelas produções expressivas, a Arteterapia possibilita um potente e transformador diálogo criativo entre a criadora e suas obras. No texto de apresentação de seu site, a União brasileira de Associações de Arteterapia (UBAAT) resume a história da Arteterapia e cita seus principais objetivos:

> A Arteterapia, que é o uso da arte como base de um processo terapêutico, propicia resultados em um breve espaço de tempo. Visa estimular o crescimento interior, abrir novos horizontes e ampliar a consciência do indivíduo sobre si e sobre sua existência [...] a Arteterapia possui a finalidade de propiciar mudanças psíquicas, assim como a expansão da consciência, a reconciliação de conflitos emocionais, o autoconhecimento e o desenvolvimento pessoal. A Arteterapia tem também o objetivo de facilitar a resolução de conflitos interiores e o desenvolvimento da personalidade (site da UBAAT[13]).

Trata-se de uma área de atuação especializada com formação própria, possível de ser aplicada em diversos contextos e destinada a uma ampla variedade de públicos e demandas. Como bem define Selma Ciornai, autora referência de Arteterapia de abordagem gestáltica no Brasil:

> É um campo de interface com especificidade própria, pois não se trata de simples "junção" de conhecimentos de arte e psicologia. [...] É importante frisar que a Arteterapia pode ser desenvolvida em diferentes contextos terapêuticos, com orientações teóricas e modos de trabalhar diversos, e por abarcar uma gama diferenciada de campos de atuação, permite a participação de profissionais com diferentes formações na área de relações de ajuda (CIORNAI, 2004, p.7 e 8).

Na prática arteterapêutica em contexto grupal as participantes podem ser conduzidas por um campo sistêmico potente e, mesmo que não haja tanto aprofundamento focal de temáticas pessoais como acontece em uma sessão individual, elas podem se experimentar em relação, ora partilhando suas experiências, ora escutando das outras mulheres. Aprendem, assim, mutuamente. Joseph Zinker (2007), importante autor no campo da Gestalt-terapia, reflete sobre a importância dos grupos e nomeia-os de "Comunidades Criativas":

> Em sua melhor forma, o grupo é não só uma pequena comunidade coesa, na qual as pessoas se sentem recebidas, aceitas ou desafiadas, mas também um lugar e uma atmosfera em que elas podem se tornar criativas juntas. O grupo ideal é um local para cada pessoa testar seus limites de crescimento, uma comunidade em que os componentes podem desenvolver ao máximo seu potencial humano" (ZINKER, 2007, p.77).

---

[12] "Awareness é um conceito gestáltico de difícil tradução em português. Significa uma conscientização não só a nível mental e cognitivo, mas organísmica, do organismo como um todo, no e por meio do vivido" (CIORNAI, 2004, p. 36)

[13] UBAAT – União Brasileiras de Associações de Arteterapia. Disponível em: https://www.ubaatbrasil.com/

ARTETERAPIA
Cores da Vida
Ano 16 - Volume 27 - Edição Especial - 2020

Inspirada por Zinker, compreendo que integrar uma roda de mulheres durante um processo arteterapêutico é contar com um ambiente acolhedor promovido pela estrutura circular, que representa a forma primordial da vida (útero, ninho, comunidade), dos ciclos e da boa forma psíquica. A roda estimula suporte emocional empático e solidário às participantes que, amparadas e encorajadas umas pelas outras, podem exercitar a expressão criativa de suas experiências de vida sustentadas por uma rede de apoio. Por essas vias referenciais, o projeto buscou fomentar um espaço de encontro respeitoso às mulheres, reconhecendo a diversidade de suas formas de existências como igualmente legítimas. Sendo assim, propus construir um espaço terapêutico orientado pela práxis do feminismo interseccional.

Segundo Olívia Cristina Perez e Arlene Martinez Ricoldi (2019, p.2), o feminismo interseccional "[…] adota uma posição de combate às desigualdades que se interseccionam a partir de diversos marcadores sociais, como gênero, raça e classe social." [14] Seguindo essa orientação, o "Conexão Elas" esteve aberto a acolher mulheres dissidentes ao modelo hegemônico da cisheteronormatividade. Além deste olhar, outros modelos de rodas de mulheres também serviram como referência: grupos comunitários de atenção à saúde das mulheres e rodas do movimento do sagrado feminino. Pensando nesta articulação, considero que o espaço criado para este projeto é sagrado, dialógico, libertário e político, pois procurou garantir a livre expressão das participantes, a validação de suas formas de existência, seus múltiplos saberes, cosmovisões, identidade de gênero, raça e etnia, fases da vida, capacidades físicas e mentais, crenças, culturas e orientações sexuais.

Buscar uma prática de Arteterapia com o viés feminista interseccional é pensar na promoção de um espaço seguro e interconectado no qual sejam ofertadas às mulheres uma multiplicidade de recursos artísticos como possibilidades de expressão de suas singularidades. Podendo, desta maneira, também promover o fortalecimento dos seus recursos internos e a ampliação das redes de apoio entre mulheres, para atuarem com maior autonomia e protagonismo no enfrentamento às inúmeras violências estruturais produzidas por uma sociedade machista, misógina e patriarcal, reconhecendo e/ou construindo, assim, formas não hegemônicas de organização social e de produção de conhecimento por meio do trabalho em grupo pela Arteterapia. Como cita a autora Daniella Pinangé (2018):

> A Arteterapia vem, cada vez mais, solidificando sua inserção em espaços distintos de atuação, ampliando seu público-alvo, construindo novas abordagens, bem como abrindo e ocupando espaço na produção científica (PHILIPPINI, 2011). Diante disso, somado ao fato de ser um campo que propõe situar-se em um entre-lugar (dialogando com diversos campos de conhecimento e diversas modalidades expressivas), podemos encontrar fios potentes para tecer diálogos com a perspectiva decolonial, no sentido de abertura de novos rumos e possibilidades, no que concerne à produção de conhecimento (de si e do mundo)" (PINANGÉ, 2018, p.34).

Penso o movimento de cuidado de si como um mergulho, uma jornada, uma expedição, uma escavação interior, ou mesmo, uma volta para o próprio lar. Recorrendo à referência imagética e conceitual da saúde emocional das mulheres como a base estruturante de sua casa interna, ou da sua "Morada de Si" (um termo que venho usando livremente para meus processos com mulheres), pensei em um formato de roda arteterapêutica on-line onde a metáfora da boa estruturação "da habitação interna" fosse também uma guiança prática e criativa de caminhos de autoconhecimento e cuidado de si possíveis de serem experimentados neste momento histórico da pandemia. Já que a máxima recomendação das organizações de saúde é que estejamos a maior parte do tempo "dentro de casa", é justamente nos espaços domésticos que estamos todas experimentando as reconfigurações das nossas ocupações e atuações nos mundos privado e público.

Partindo do conceito mais restrito de "Morada" como lugar geográfico territorializado, utilizo-me da licença poética para ampliar este conceito material e deslocá-lo a um lugar também simbólico, onde "morada-moradia" e "casa-corpo-lar" se entrelaçam e se sustentam também pelas dimensões pessoais e sociais de ser mulher em nosso contexto político, econômico e social. "Morada" é uma palavra feminina, que remete ao lar e ao aconchego, ao lugar seguro de onde se sai e para onde se volta, é "casa-matéria" e também "casa-sutil", lugar onde ocupamos dentro e fora, e onde também se definem nossas fronteiras do que é seguro e familiar, geralmente associado ao campo privado protegido. Afinal, o campo público é experienciado como sendo minado e perigoso para as mulheres.

Para contemplar em poucos encontros algumas das dimensões de uma experiência de vida saudável e integrada, selecionei algumas temáticas que pudesse conduzir a um processo criativo de autoinvestigação desta "Morada de Si"**,** estimulando as participantes a se deslocarem pelos trajetos existênciais, passando pelos seus cômodos internos, desvendando seus espaços e construindo, pelos experimentos arteterapêuticos, algumas "Cartografias de Si". Este é outro termo que venho utilizando inspirada em Suely Rolnik (2011), psicanalista

---

[14] Ainda citam*: "Interseccional" é um termo que vem se popularizando rapidamente entre as militantes brasileiras. Traz consigo a ideia de superação de um feminismo branco e de classe média das ondas anteriores. (p. 11 e 12).*

polivante brasileira que, dentre outros conceitos, apresenta a noção do “Corpo Vibrátil”. Rolnik ao tratar de uma "Cartografia Sentimental”, discorre sobre a temática no seguinte trecho:

> Para os geógrafos, a cartografia - diferentemente do mapa, representação de um todo estático - é um desenho que acompanha e se faz ao mesmo tempo que os movimentos de transformação da paisagem. Paisagens psicossociais também são cartografáveis. A cartografia, nesse caso, acompanha e se faz ao mesmo tempo que o desmanchamento de certos mundos - sua perda de sentido - e a formação de outros: mundos que se criam para expressar afetos contemporâneos, em relação aos quais os universos vigentes tornaram-se obsoletos. Sendo tarefa do cartógrafo dar língua para afetos que pedem passagem, dele se espera basicamente que esteja mergulhado nas intensidades de seu tempo e que, atento às linguagens que encontra, devore as que lhe parecerem elementos possíveis para a composição das cartografias que se fazem necessárias. O cartógrafo é antes de tudo um antropófago (ROLNIK, 2011, p.23).

Por essas vias referenciais e unindo esses caminhos conceituais de experiência de uma vida integrada e a sua expressão criativa, respectivamente “Morada de si” e “Cartografias de si”, neste projeto dispus os encontros divididos pelos seguintes espaços de habitação existenciais: “Casa”: recolhimento, território e pertencimento. “Águas”: emoções, fluxos e fluídos. “Corpo”: matéria, movimento e expansão. “Ciclos”: vida-morte-vida, renovação, ritos.

4. Estruturando a morada do grupo, conduzindo pelos caminhos cartográficos

Para um melhor funcionamento das práticas propostas para o projeto organizei previamente um material em formato PDF com as principais informações para a efetiva integração ao grupo e ao processo virtual. Enviei o material pelo grupo do Whatsapp, meu principal canal de contato com as mulheres antes, durante e após cada encontro. Por esta plataforma, compartilhei os links das salas de videochamadas (passei por duas plataformas) pouco tempo antes de cada encontro e também algumas perguntas finais de reflexão e aprofundamento ao final de cada encontro. Pelo Whatsapp também as participantes, por sua vez, compartilharam suas produções e relatos quando se sentiam à vontade (algumas eram enviadas também por mensagens privadas).

Faziam parte do material os seguintes conteúdos: Apresentação e conceitualização do projeto; Objetivos; Estrutura dos encontros; Cronograma e materiais necessários para cada dia; Princípios, práticas, acordos e respostas para possíveis dúvidas sobre a prática da Arteterapia. Cada encontro teve duração de 2h e foi dividido pelas seguintes etapas que já costumo trabalhar em grupo presencial e que, neste modelo on-line, passaram por uma adaptação ao modo virtual, se apropriando dos recursos, ritmos e configurações das plataformas de encontros on-line.

As etapas são: Roda de boas-vindas; Informes (breve explicação da roda, relembrar práticas e acordos de boa convivência); Aquecimento com apresentação da artista convidada do encontro; Experimento criativo; Partilha; Roda de despedida. A seguir traço, resumidamente, a rota trilhada em cada encontro e trago algumas imagens de obras produzidas, bem como alguns relatos das participantes. A escolha das obras e relatos aqui ilustrados foi feita de maneira espontânea, pela livre oferta das participantes através das partilhas durante e após cada encontro. De acordo com o método fenomenológico aqui utilizado, os registros a seguir não têm a intenção interpretativa ou conclusiva, apenas explanatória e expositiva de como aconteceu o processo de criação do “Conexão Elas” nas participantes.

- 1º encontro - CASA:
Temas: recolhimento, território e pertencimento
Obra e artista: Poesia "Meu educador, a casa e o mundo", do livro “Silêncio, gesto e palavra” da educadora e poeta Hélène Lubienska de Lenval.
Técnicas: Desenho cartográfico em papel.
Materiais: Papel e algum material de desenho e/ou pintura (Canetinhas, lápis de cor, giz, tinta, caneta, lápis etc).
Procedimentos: Apresentação da artista; Prática de respiração consciente ouvindo recitação da obra escolhida (poema); expedição pela casa passando por alguns cômodos e ampliação da percepção das maneiras de ocupá-la, física e simbolicamente; produção expressiva de um mapa de ocupação do próprio lar.
Palavras-chave: Morada de Si; Corpo-Casa-Lar; Exploração; Passeio pela casa; Deslocamento; Ocupação; Caminhar; Deriva.

Perguntas provocadoras pós encontro:

- Se seu mapa pudesse te narrar uma história de aventura e exploração, como ela seria? Por onde você começou a explorar e como finalizou?

- Como percebeu a sua relação com a sua casa-mundo hoje? Que sentimentos, memórias, sensações surgiram? O que a sua experiência te conta sobre sua forma de habitar?

- Quais espaços em sua casa você habita com mais pertencimento e segurança? Quais espaços você não habita assim?

- Surgiram novos olhares, significados e elaborações durante a sua expedição pela casa? Algo que não tinha percebido antes que veio à tona pela experiência interna ou externa ou mesmo pela materialização do desenho?

- Como você pode transformar criativamente essas novas descobertas sobre a sua morada através de ajustes possíveis neste momento? Transformando, modificando, incluindo, experimentando novas formas de habitar melhor os seus espaços, internos e externos?

Relatos:

"Meu lar! Essa palavra tem soado tão doce na minha boca! Começar essa atividade hoje falando da casa foi muito simbólico pra mim, pois acabei de me mudar para a minha casinha! E cada cantinho desse que eu percorri, além do que relatei, eu sentia que apesar da bagunça, é o meu lar! E está sendo arrumado e planejado por mim e pela minha filha. E isso tem sido muito importante" (M.S, 34 anos).

"Tenho sentido muita muita falta do mar e sempre corria pra lá em todos os momentos, de alegria ou tristeza extrema, e também sem motivo. Como não podemos ir por enquanto, acabei associando meu ninho ao relaxamento que buscava na beira do mar, tenho tentado afrouxar mais as obrigações e isso tem me acalmado (alguns dias consigo, outros nem tanto) e ressignificando minha relação com esse lar que é quase um mundo paralelo dentro dessa realidade paralela que estamos vivendo agora." (A.L, 34 anos).

Produções expressivas:

Fig.1 - A.D, 36 anos

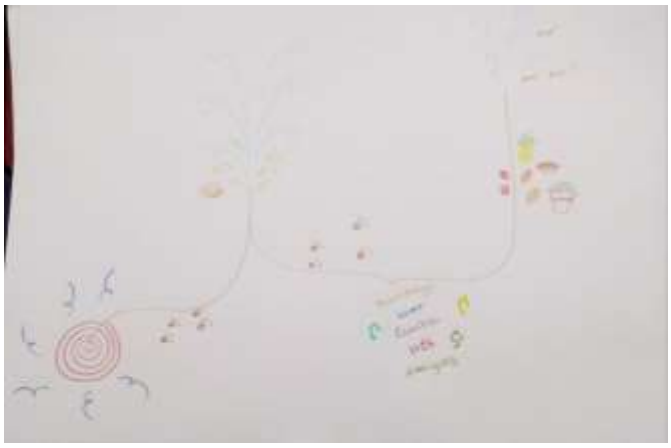


Fig.2 - MS, 34 anos

ARTETERAPIA
Cores da Vida
Ano 16 - Volume 27 - Edição Especial - 2020

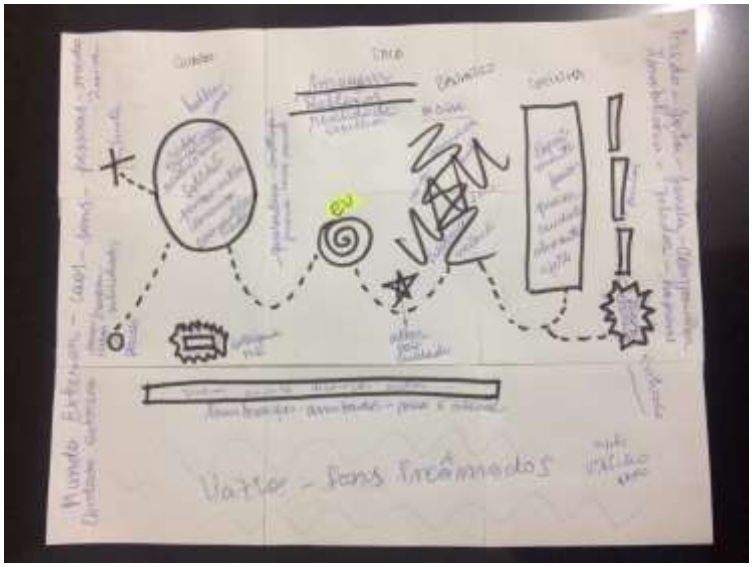


Fig.3 - S.S, 34 anos

Fig.4 - H.A, 33 anos

- 2º encontro - ÁGUAS:
Temas: emoções, fluxos e fluídos
Obra e artista: Vídeo ecoperformance "Sopro D'Água", da multiartista brasileira Gabriela Holanda.
Técnicas: Pintura em papel.
Materiais: Papel com uma gramatura maior (Canson, cartolina, papelão etc) e algum tipo de tinta (Aquarela, guache, tinta orgânica caseira etc), bacia ou vasilhame com água e uma toalha/pano.
Procedimentos: Apresentação da artista do dia; apreciação da obra escolhida (vídeo-performance); prática de respiração consciente; imaginação guiada para uma paisagem natural: caminhada, encontro com uma fonte de água, entrar na água, resgatar algo que aparece das profundezas e registrar quais sensações e emoções aparecem; prática sensorial com as mãos imersas em uma bacia de água enquanto abre os olhos e reproduz os movimentos do corpo na imaginação guiada pelas mãos; produção expressiva através de uma pintura que expressa os próprios movimentos, internos e externos.
Palavras-chave: Corpo-Água; Água-Inconsciente; Desaguar; Emoções; Mergulho; Mulher-Água; Lua.

Perguntas provocadoras pós encontro:
- Como foi o seu encontro com suas águas? Sensações, memórias, emoções...

- O que precisou vir à superfície durante o seu mergulho?

- O que a imagem que surgiu desse encontro profundo te conta?

- Como você pode melhor acolher suas águas, desaguar com equilíbrio e acolhimento, na sua rotina e dentro das suas possibilidades?

Relatos:

"Foi muito profundo, sem palavras...eu mergulhei fundo nas águas e encontrei uma criança, a menina negra que eu fui que precisava de aceitação. Estou num processo de aceitar e acolher a minha história como mulher negra." (H.A, 33 anos)

"A cada dia que passa, tenho aprendido a ser mais grata pelos encontros. Eu fico até sem palavras pra dizer o quanto pra mim foi intenso, potente a companhia de vcs ontem e, sobretudo, a construção do espaço acolhedor e seguro para que a gente se desaguasse, se despisse...Cada uma tem a sua batalha que tá lutando nesse momento... E eu me senti muito fortalecida podendo compartilhar a minha luta interna com vcs. Ontem foi um dia difícil, perdemos um tio e a morte traz muitas reflexões pra gente, ainda mais no contexto que estamos vivendo de tantas incertezas. Finalizar meu dia com uma prática tão profunda, foi uma oportunidade, sobretudo, de me deixar sentir...Simplesmente sentir. Aquilo que viesse. É isso." (A.R, 35 anos)

ARTETERAPIA
Cores da Vida
Ano 16 - Volume 27 - Edição Especial - 2020

Produções expressivas:

Fig.5 - A.D, 36 anos

Fig.6 - H.A, 33 anos

Fig.7 - S.S, 34 anos

- 3º encontro - CORPO:
Temas: matéria, movimento e expansão
Obra e artista: Música "Um corpo no mundo", da artista brasileira Luedji Luna.
Técnicas: Exercícios de consciência corporal, dança espontânea e registro em vídeo.
Materiais: Espaço físico amplo, celular com câmera.
Procedimentos: Apresentação da artista do dia; apreciação da obra escolhida (música); prática corporal com experimentação de movências em 4 ações autorreguladoras e promotoras de autossuporte: aterrar, alongar, soltar e tocar; cada uma escolheu uma música preferida para se mover e dançar como o corpo precisar, podendo usar as ações experimentadas anteriormente; produção expressiva por vídeo usando alguns disparadores de movimento: nome/identidade, sensação do momento, memória que veio à tona e algum sonho que foi atualizado, partilhada pelo Whatsapp.
Palavras-chave: Movimento; Corporeidade; Reocupar-se; Sensibilização; Integração Psicofísica; Encarnar; Presentificar; Sensorial.

Perguntas provocadoras pós encontro:

- Como você tem movido o seu corpo-morada no mundo? Movimentos e imagens que vêm...

- Como tem atuado ou poderia atuar para ser suporte de si mesma? Quais ações ajudam a regular, ajustar de maneira a se sentir viva, com prazer, presente, se habitando saudavelmente?

ARTETERAPIA
Cores da Vida
Ano 16 - Volume 27 - Edição Especial - 2020

- Tire um tempo para reconhecer-se no seu corpo: cicatrizes, limitações, beleza, ritmos, movimentos, potências, dança, voz, gesto...

- Tente criar um ritual diário para se reconectar com o seu corpo integral. Podem ser coisas simples: automassagens, abraço em si, espreguiçar-se mais vezes ao dia, antes de sair da cama respirar fundo e praticar um pouco das ações reguladoras, tomar um banho enquanto dança sua música preferida. A ideia é exercitar esse fluir de vida pelo corpo.

Relato::

"Entrei aqui agora e vi tuas provocações... Queria compartilhar com vcs que desde ontem eu estava muito, muitíssimo mal... E hj pela manhã também... De repente... Tentei exercitar um movimento que venho trabalhando em mim há algum tempo... E que é muito difícil... Acolher a mim mesma... Pensei o quanto eu gostaria de receber um abraço... Então decidi me abraçar... Pensei o quanto gostaria de ouvir um "eu te amo" e pela primeira vez na vida, fui capaz de dizer a mim mesma "eu te amo", pensei que gostaria de ouvir "vai ficar tudo bem", então disse a mim mesma "vai ficar tudo bem"... Senti vontade de compartilhar aqui com vcs... Por estarmos juntas nesse processo!" (M.S, 34 anos)

- **4º encontro - CICLOS:**
Temas: vida-morte-vida, renovação, ritos.
Obra e artista convidada: Algumas obras da artista mexicana Frida Kahlo.
Técnicas: Colagem e mandala.
Materiais: Mandala/círculo de papel com gramatura maior (Canson, cartolina, papelão. Pode ser feito com um prato grande decalcado em alguma superfície de papel e depois recortado), materiais orgânicos (folhas vivas, folhas secas e grãos (feijão, milho etc.) e cola branca.
Procedimentos: Apresentação da artista do dia; apreciação da obra escolhida (pinturas); revisitar os caminhos percorridos pelas cartografias feitas nos encontros anteriores e escrever num papel palavras que vierem: o que foi movido, o que foi resgatado, o que precisou morrer para algo novo viver; produção expressiva através de uma mandala feita com material orgânico representando o ciclo da vida-morte-vida.
Palavras-chave: Cíclica; Estações do ano; Natureza; Iniciação; Despedida; Mudanças; Fases; Passagem.

Perguntas provocadoras pós encontro:

- Como sente o movimento vida-morte-vida em sua vida? Quais foram os momentos marcantes em sua vida em que percebeu que foram "mortes" seguidas de renascimento?

- Nesta quarentena, o que percebeu que não faz mais sentido, o que está mais presente e o quais são seus sonhos/desejos para o futuro? O que morreu, o que viveu e o que está germinando?

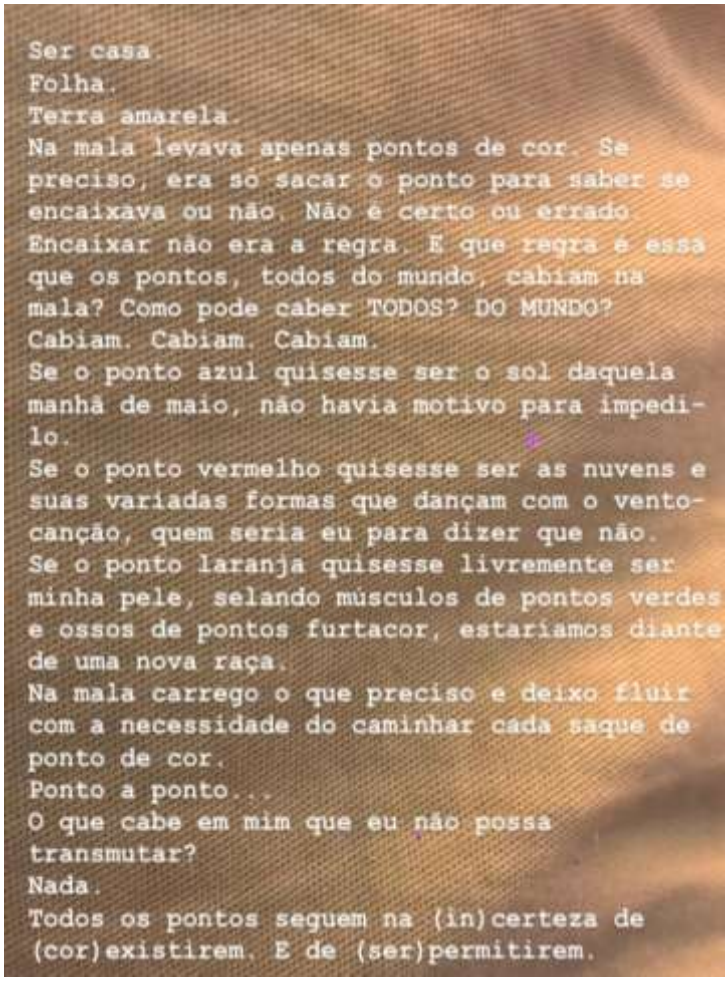
- Como realiza os ritos: passagem, iniciação, despedida, celebração...? Tem algum ritual que precisa resgatar? Tem algo que precisa incluir nos rituais?

- Faça o seu próprio ritual para o final desta jornada arteterapêutica: utilize a mandala e, se quiser, as outras produções para ocupar sua casa-corpo-morada.

Produções expressivas

ARTETERAPIA
Cores da Vida
Ano 16 - Volume 27 - Edição Especial - 2020

Fig.8 - *"Planeta Eu", H.A, 33 anos*



Ser casa.
Folha.
Terra amarela.
Na mala levava apenas pontos de cor. Se preciso, era só sacar o ponto para saber se encaixava ou não. Não é certo ou errado.
Encaixar não era a regra. E que regra é essa que os pontos, todos do mundo, cabiam na mala? Como pode caber TODOS? DO MUNDO?
Cabiam. Cabiam. Cabiam.
Se o ponto azul quisesse ser o sol daquela manhã de maio, não havia motivo para impedi-lo.
Se o ponto vermelho quisesse ser as nuvens e suas variadas formas que dançam com o vento-canção, quem seria eu para dizer que não.
Se o ponto laranja quisesse livremente ser minha pele, selando músculos de pontos verdes e ossos de pontos furtacor, estaríamos diante de uma nova raça.
Na mala carrego o que preciso e deixo fluir com a necessidade do caminhar cada saque de ponto de cor.
Ponto a ponto...
O que cabe em mim que eu não possa transmutar?
Nada.
Todos os pontos seguem na (in)certeza de (cor)existirem. E de (ser)permitirem.

Fig.9 - A.D, 36 anos

5. Breves conclusões

O "Conexão Elas" constituiu um desafio importante que possibilitou a experimentação das novas configurações de atuação nos atendimentos arteterapêuticos por meio on-line no atual contexto histórico de isolamento físico/social causado pela pandemia da COVID-19. O projeto piloto se configurou como um processo revelador das potencialidades virtuais para criar conexões profundas pelo trabalho da Arteterapia, se mostrou viável para promover o acolhimento em contexto grupal por uma facilitação via videochamada neste momento pandêmico, porém foi preciso ajustar-se aos principais elementos do encontro virtual e suas próprias dinâmicas, algumas até já incorporadas na rotina das pessoas, outras ainda em processo de adaptação, especialmente: ambiente familiar, exposição das imagens pessoais e criativas, ajustes no som, cuidado com o espaço, reforço do sigilo.

O processo exigiu diversas adaptações às maneiras presenciais de condução de grupos arteterapêuticos, agora necessários de serem revistos para o formato remoto. A começar pela falta de corporificação do encontro entre mediadora e participantes, que passaram a compôr a roda de mulheres através da "ciranda" virtual dos quadradinhos de rostos flutuantes pela tela. Assim, foi preciso começar preparando o *setting* terapêutico dentro das casas das participantes, solicitando que encontrassem um local tranquilo e privativo para que se sentissem mais confortáveis e em segurança, e também no ambiente de encontro virtual (que pressupõe um “afrouxamento” de uma postura comprometida e disponível ao acontecimento presente). Por isso, combinamos coletivamente de que, a cada encontro, elas buscassem o “seu lugar seguro” em suas casas e se dispusesem presentes no momento do encontro, de “corpo e alma”, sem interferências externas ou afazeres paralelos.

Depois necessitamos de um trabalho forte e contínuo de criação de vínculos e fixação dos acordos de convivência virtuais como: rodadas de apresentação/boas-vindas/compartilhamento ampliando as imagens de quem fala (Speaker View), bem como reforçar os combinados para que permanecessem, enquanto estivessem

apenas ouvindo, com os microfones desligados, assim como o cuidado com as câmeras para não expôr as outras mulheres pelo vídeo em ambiente de convívio familiar alheio. Nessa construção de um funcionamento ético de boa convivência e trocas de informações essenciais pelas redes sociais, vale ressaltar a importância do uso das plataformas de mensagens individuais e grupais e das videochamadas que foram essenciais durante todo o processo, graças a elas conseguimos fazer acontecer da melhor forma a dinâmica de encontros on-line.

As plataformas foram aliadas em todo o processo do projeto: no convite inicial, na manutenção dos diálogos pré-encontro (combinados, links para as videochamadas), durante o encontro (caso alguém estivesse com problemas com a conexão) e pós-encontro (perguntas-provocações e no compartilhamento das produções que, geralmente, eram difíceis de visualizar presencialmente pela videochamada). Ressalto também a flexibilização do uso dos materiais e a inclusão criativa do ambiente da casa, dos objetos e dos materiais de produção expressiva disponíveis em cada realidade das participantes com o intituito de deixar as mulheres mais tranquilas caso surgisse alguma possível autocobrança no que diz respeito a um exímio domínio de materiais e técnicas e/ou preocupação excessiva com os resultados das produções.

Os relatos das participantes a cada encontro expressaram emoção e validação da importância do estar em processo de criação em contexto grupal para que elas pudessem enfrentar a pandemia mais fortalecidas. Muitas delas ressaltaram o sentimento de pertencimento ao se perceberem acolhidas e inseridas em uma rede de segurança, experimentando pelos caminhos da arte outras possibilidades de ser e estar no mundo de maneira mais saudável e integrada. Além de terem seus repertórios artístícos ampliados pela vida e obra de outras mulheres que também integraram à roda: tanto as obras das artistas trazidas para guiar cada encontro quanto as demais participantes a partir do compartilhamento de seus repertórios. A maioria das participantes estava passando por momentos de profundas transformações e mergulhos internos sem muitas conduções de um testemunho íntimo, ou seja, de um acompanhamento terapêutico. Separações, mudança de casa, desemprego, solidão, crise de ansiedade, problemas familiares, luto, doenças, dentre outras, eram vivências presentes em suas trajetórias de vida atuais. Mesmo morando em cidades diversas e, em sua maioria, sem nunca terem sequer se visto presencialmente, pude notar um vínculo de confiança, afeto e partilha empática surgindo no decorrer dos encontros. As ressonâncias aconteceram de maneira orgânica, pois houve respeito, compaixão e o suporte grupal necessários a uma boa rede de apoio. Alguns vínculos entre elas se expandiram para além do grupo virtual, percebido ao vê-las trocando ideias sobre assuntos extra encontros, enquanto que outras mulheres espontaneamente saíram do grupo por não conseguirem conciliar o tempo com as outras demandas.

Repassando toda a experiência neste relato, vejo o quanto foi importante ter escolhido fazer a experimentação deste projeto em um grupo "controlado" e com demandas não inscritas em situações tão emergenciais. Ter preparado o terreno para os encontros, criado documentos informativos e grupo no Whatsapp, testado previamente plataformas de videochamadas diversas até encontrar uma que possibilitasse recursos melhores para os objetivos esperados, pensado na adaptação do *setting*, dos experimentos e das técnicas, além de ter buscado diversificar e ajustar os materiais artísticos à realidade das participantes foram os principais aprendizados desta experiência que considero muito estruturante para os novos desafios profissionais que virão pela frente no mundo pós pandêmico. A experiência me motivou de maneira tão enriquecedora que, após finalizada, desdobrou em um segundo módulo de encontros virtuais, quando abri um novo grupo e explorei outras temáticas, linguagens e artistas através do mergulho em autorretratos. O processo descrito neste trabalho me impulsionou a seguir com o projeto, testar novos formatos e abrir futuramente outros módulos de grupos arteterapêuticos virtuais para grupos espontâneos de outros perfis e, quem sabe, parcerias com instituições, empresas e escolas, focando em grupos de mulheres inseridas em uma experiência de vida de maior vulnerabilidade.

Referências

CIORNAI, S. **Da contracultura à menopausa: vivências de mitos da passagem**. São Paulo: Oficina de Textos, 1999.

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).

ESTÉS, C. P. **Mulheres que correm com os lobos: mitos e histórias do arquétipo da mulher selvagem**. Rio de Janeiro: Rocco, 1994. 627 p. (Arco do tempo).

LIMA, J. D. **Quais os impactos da pandemia sobre as mulheres**. Nexo Jornal. 24 de março de 2020. Expresso. Disponível em: <https://www.nexojornal.com.br/expresso/2020/03/24/Quais-os-impactos-da-pandemia-sobre-as-mulheres>. Acesso em 10 de setembro de 2020.

OLIVEIRA, C. Menos renda, mais violência: mulheres estão entre os mais afetados pela pandemia. Brasil de Fato, São Paulo, 06 de abril de 2020. **Direitos Humanos**. Disponível em: <https://www.brasildefato.com.br/2020/04/06/menos-renda-mais-violencia-mulheres-estao-entre-os-mais-afetados-pela-pandemia> . Acesso em 10 de setembro de 2020.

PERES, O. C.; RICOLDI, A. M. **A quarta onda feminist: interseccional, digital e coletiva**. Trabalho preparado para apresentação no X Congresso Latino-americano de Ciência Política (ALACIP). Disponível em: https://alacip.org/cong19/25-perez-19.pdf. Acesso em 20 de setembro de 2020.

PINANGÉ, D. S. B. **Arteterapia "Entre Mulheres": por outras possibilidades de expressão e elaboração de sofrimento(s)**. 2018. 102 f. Dissertação (Mestrado em Psicologia). Programa de Pós-Graduação em Psicologia, Universidade Federal de Pernambuco, Recife, 2018.

ROLNIK, S. **Cartografia sentimental, transformações contemporâneas do desejo**. São Paulo: Editora Estação Liberdade, 1989.

UBAAT – **União Brasileira de Associações de Arteterapia**. Disponível em: <https://www.ubaatbrasil.com/. Acesso em 20 de setembro de 2020>. Acesso em: 05 de setembro de 2020.

ZINKER, J. C. **Processo criativo em Gestalt-terapia**. São Paulo: Summus, 2007.

ARTETERAPIA Cores da Vida
Ano 16 - Volume 27 - Edição Especial - 2020

6 – OFICINA CRIATIVA DE ASSEMBLAGEM ONLINE DURANTE A PANDEMIA – um relato de experiência vivencial entre arteterapeutas

Rita de Cássia Agueira Bassan[15]

Resumo: Este artigo traz o relato de uma experiência sobre uma oficina criativa de Arteterapia online realizada no período de isolamento social durante a pandemia do COVID 19. A oficina fez parte dos encontros virtuais de um grupo de estudos e vivências arteterapêuticas, grupo este formado apenas por arteterapeutas com o intuito de compartilhamento e troca de técnicas embasadas na fundamentação teórica da Arteterapia junguiana. Objetivos – Trazer uma proposta de ordenação dentro do caos, através de uma reflexão sobre o momento de isolamento social frente a capacidade de adaptação à nova realidade e sobre a possibilidade de elaboração de planos futuros. Métodos - Para isso foi levada a proposta de atividade expressiva de assemblagem para realização da vivência, tendo como sensibilização a biografia de Cora Coralina, através de filme documentário previamente assistido pelos participantes acrescida de leitura do poema Todas As Vidas, de autoria da poetisa goiana, antes da realização da atividade expressiva. Os materiais para assemblagem foram sucatas que os participantes pudessem dispor com fácil acesso em suas próprias casas. Resultados – Todos participaram ativamente do processo com materiais bem diversificados, elaborando os seus objetos expressivos com bastante concentração. Conclusão - Apesar de nem todas as pessoas terem assistido ao filme, assistir a esse documentário antes da oficina foi fundamental para a sensibilização dessa vivência. As pessoas trouxeram reflexões sobre as suas trajetórias, suas conquistas e puderam refletir sobre seus planos e seus desejos para o futuro, através de relatos muito tocantes.

Palavras-chave: Oficina criativa online; Assemblagem; Arteterapeutas; Isolamento social; Ordenação no caos.

CREATIVE ONLINE ASSEMBLY WORKSHOP DURING PANDEMIC
an account of an experience among art therapists

Abstract: This article reports an experience about a creative online Art Therapy workshop held during the period of social isolation during the COVID 19 pandemic. The workshop was part of the virtual meetings of a group of studies and art therapy experiences, a group formed only by art therapists in order to share and exchange techniques based on the theoretical foundation of Jungian Art Therapy. Objectives - Bring a proposal for ordering within chaos, through a reflection on the moment of social isolation in view of the ability to adapt to the new reality and the possibility of drawing up future plans. Methods - For this purpose, the proposal for an expressive assembly activity was carried out for the realization of the experience, with the awareness of Cora Coralina's biography, through a documentary film previously watched by the participants, plus a reading of the poem Todos As Vidas, by the poetess from Goiás, before expressive activity. The assembly materials were scraps that the participants could have easily accessible in their own homes. Results - All participants actively participated in the process with very diversified materials, elaborating their expressive objects with great concentration. Conclusion - Although not everyone has seen the film, watching this documentary before the workshop was essential to raise awareness of this experience. People brought reflections on their trajectories, their achievements and were able to reflect on their plans and desires for the future, through very touching reports.

Keywords: Online creative workshop; Assembly; Art therapists; Social isolation; Ordering in chaos.

TALLER VIRTUAL DE ENSAMBLE DURANTE LA PANDEMIA
Un relato de experiencia con un grupo de arteterapeutas

Resumen: Introducción: este artículo informa sobre una experiencia sobre un taller virtual de Arteterapia realizado durante el período de aislamiento social durante la pandemia de COVID 19. El taller fue parte de las reuniones virtuales de un grupo de estudios y experiencias de Arteterapia, un grupo formado solo por arteterapeutas para

[15]Arteterapeuta e artista plástica, formada em arte educação pela Faculdade de Belas Artes de São Paulo com especialização em Arteterapia pela UNIP e pós-graduanda em Naturopatia pela FATEC de Curitiba, associada à AATESP número 589/1219. Local de trabalho: Bridha Ateliê Terapêutico. Rua Síria, 457, São Paulo, SP, Cep: 03086-040. Email: artiagueira@gmail.com

ARTETERAPIA
Cores da Vida
Ano 16 - Volume 27 - Edição Especial - 2020

compartir e intercambiar técnicas basadas en los fundamentos teóricos de la Arteterapia junguiana. Objetivos: presentar una propuesta para ordenar dentro del caos, mediante una reflexión sobre el momento del aislamiento social en vista de la capacidad de adaptarse a la nueva realidad, y también sobre la posibilidad de elaborar planes futuros. Métodos: para este propósito, la propuesta de una actividad de ensamble para la realización de la experiencia, con el conocimiento de la biografía de Cora Coralina, a través de una película documental previamente vista por los participantes, más una lectura del poema Todas As Vidas por la poetisa de Goiás antes de la actividad expresiva. Fue utilizado material de descarte que los participantes podrían tener fácilmente accesibles en sus propios hogares. Resultados: todos los participantes participaron activamente en el proceso con elementos muy diversificados, elaborando sus objetos expresivos con gran concentración. Conclusión: aunque no todos han visto la película, ver este documental antes del taller fue esencial para crear conciencia sobre esta experiencia. Las personas reflexionaron sobre sus trayectorias, sus logros y pudieron reflexionar sobre sus planes y deseos para el futuro, mediante los informes muy conmovedores.

Palavras-clave: taller virtual; ensamble; arteterapeutas; aislamiento social; ordenar en el caos.

Fui convidada a conduzir uma oficina criativa para um grupo de vivências e estudos arteterapêuticos online, formado por arteterapeutas, durante o período de isolamento social devido à pandemia do COVID-19. Para isso, criei uma oficina levando em consideração todas as questões envolvidas durante esse período de isolamento, inclusive a dificuldade em selecionar ou adquirir os materiais para a atividade expressiva. Considero que nesse distanciamento social, além de todos os cuidados óbvios com a saúde, a vida nos trouxe um convite para uma importante reflexão, um olhar para dentro. Essa desaceleração do cotidiano, essa “saída da vida de fora para dentro”, exigiu que reinventássemos o nosso modo de viver, de trabalhar, de nos relacionar, tivemos de improvisar e nos tornarmos mais flexíveis para a adaptação às novas rotinas.

Pensando nisso, lembrei de uma grande mulher brasileira e escritora que apresentou durante a sua trajetória a necessidade de se adaptar às situações trazidas pela vida com muita flexibilidade e achei pertinente apresentar a biografia dela e uma de suas poesias como sensibilização para essa oficina. Estou falando da poetisa goiana Cora Coralina. Anna Lins dos Guimarães Peixoto Bretas era seu nome verdadeiro. Aninha nasceu em 20 de agosto de 1889, quarta filha do desembargador Francisco de Paula Lins dos Guimarães Peixoto, nomeado por D.Pedro II, e de dona Jacinta Luisa do Couto Brandão, numa casa que foi construída em meados do século XVIII sobre o final da ponte do Rio Vermelho, onde hoje está instalado o museu Casa de Cora Coralina. Apesar de já ter escrito poemas desde os seus 14 anos, teve sua primeira obra publicada somente aos 76 anos de idade e foi a partir de uma crônica elogiosa do poeta Carlos Drummond de Andrade publicada no Jornal do Brasil em 27/12/1980 que se tornou conhecida em todo o país como a poetisa Cora Coralina. Esse pseudônimo ela inventou desde jovenzinha quando escrevia contos para o Jornal das Moças. Cora nasceu Ana, como tantas outras meninas nascidas na cidade de “Vila Boa de Goiaz” (com z naquela época) e hoje conhecida como Goiás Velho por ser a antiga capital do estado de Goiás e que tem Santa Ana como padroeira da cidade.

Cora fugiu de casa aos 22 anos, numa madrugada, a cavalo, acompanhando um homem desquitado por quem estava apaixonada, o advogado paulista Cantídio Tolentino de Figueiredo Bretas. Com ele teve 5 filhos, 2 faleceram ainda crianças, e adotou uma filha do marido com uma índia. Morou em algumas cidades no interior de São Paulo e na capital paulista. Enviuvou com os filhos ainda jovens e precisou trabalhar muito para acabar de criá-los. Por onde passou sempre exerceu outras atividades além do trabalho como mãe e dona de casa, sem nunca ter deixado de escrever suas crônicas e poesias, que eram esporadicamente publicadas em pequenos jornais. Na cidade paulista de Andradina teve loja de retalhos e aviamentos, o "Bazar Borboleta", subiu em palanque pela UDN, teve uma chácara onde vendia mudas e plantas, vendeu livros de porta em porta para o editor José Olimpo, que muitos anos à frente viria a publicar seu primeiro livro “Poemas dos Becos de Goiás E Estórias Mais”.

Quando todos os seus filhos já estavam criados e encaminhados na vida, decidiu voltar à velha casa da ponte, depois de 45 anos para recomeçar a sua vida e fazendo o que mais gostava: versos e doces. Aos 70 anos Cora foi aprender a datilografar para agilizar a sua escrita e poder enviar os originais para as editoras. Para fazer os doces, Cora usava as frutas do seu próprio pomar e contava com toda a molecada da cidade que colhia frutas do cerrado nas redondezas e levava pra ela fazer os doces de cajuzinho do mato, araçá, cupuaçu. O pagamento era feito com os próprios doces. E assim tornou-se conhecida Cora Coralina como a doceira que fazia versos ou a poeta que fazia doces.

A sensibilização para essa oficina começou já antes do encontro virtual. Pedi para todos os participantes assistirem ao filme “Cora Coralina Todas As Vidas” disponível na plataforma YouTube. Esse filme é um documentário realizado de modo muito sensível e poético pelo cineasta Renato Barbieri (2017), que soube conduzir tão bem o relato da biografia de Cora Coralina de uma forma tocante que nos emociona. Outra parte da

sensibilização foi feita no começo da oficina, onde falei um pouco sobre a vida de Cora Coralina e li o poema "Todas As Vidas".

Nomeei essa vivência arteterapêutica de "Quem vive dentro de mim". O objetivo da oficina foi trazer uma reflexão interior para a percepção dos nossos próprios talentos e a nossa capacidade de adaptação e transformação na nossa vida na tentativa de uma ordenação dentro do caos que às vezes nos acontece, como na situação da pandemia. A atividade expressiva que escolhi foi a assemblagem. Propus a confecção do "pote das realizações e desejos", onde no exterior seriam simbolizados os fatos e aspectos importantes já conquistados na vida e por dentro seriam depositados pequenos objetos ou bilhetes simbolizando os planos e as aspirações do presente e para o futuro, trazendo uma reflexão sobre os próprios talentos.

Nesse momento tão peculiar de distanciamento social, onde a vida parece ter sofrido uma quebra e foi necessária uma reavaliação de tudo o que seria primordial e urgente, os planos tiveram de ser remodelados. Esse pensamento faz referência à técnica da assemblagem. Assemblagem, ou assemblage em francês, é uma técnica plástica criada no começo do século XX pelo movimento cubista e foi utilizada por Pablo Picasso, Georges Braque, Jean Dubuffet, Robert Raushenberg, Marcel Duchamp entre outros artistas do movimento dadaísta. Consiste em uma junção de vários materiais como papéis, madeira, tecidos, objetos de metal, que perdem a sua original definição para ganhar uma nova perspectiva, se transformando em um novo objeto no conjunto final. Como se tivéssemos que nos reorganizar com as ferramentas possíveis nesse momento. Então, na lista de materiais pedi que separassem retalhos de tecido, pequenos objetos, botões, bijuterias antigas, linhas, agulha, tesoura, cola, vidro de compota ou caixa ou lata com tampa. Sucatas que seriam facilmente encontradas pela casa.

Fayga Ostrower, artista polonesa radicada no Brasil, nos fala que as experiências com a matéria e suas ordenações nos conduzem a uma organização interna (OSTROWER, 1977, p.57). E essa pesquisadora do fazer criativo diz ainda: "As novas realidades com as quais nos defrontamos, tornam-se inteligíveis para nós à medida que podemos atribuir-lhes algum tipo de ordem. Mesmo quando certas formas nos parecem absurdas, é por suas ordenações manifestas que assim as avaliamos. Ao percebermos em qual sentido as coisas se diferenciam, percebemos ao mesmo tempo o sentido em que se ordenam. É o sentido da significação. (...) Comunicando-nos suas ordenações, a forma nos comunica a razão de seu ser e o sentido" (OSTROWER, 1977, p 97).

A psicóloga arteterapeuta e escritora Profa. Ms. Angela Philippini indica o trabalho com mosaico e com assemblagem para proporcionar a reconstrução de fragmentos emocionais causados por situações fora de controle, imprevistos e desafios da vida. (PHILIPPINI, 2009, 82). E é exatamente isso que vivenciamos com esse isolamento social, algo imprevisto e inusitado que nos aparece desafiando a descobrir uma nova forma de viver nossas rotinas.

A construção de um recipiente simbólico resgatando planos, sonhos e trazendo reflexões sobre a própria vida, tudo isso representado através de matéria prima tridimensional pode ser relacionado a um processo alquímico que possibilita a liberação e transformação de tesouros ocultos, como nos diz a Profa. Pós-Dra. Patrícia Pinna Bernardo, arteterapeuta psicóloga e escritora. Segundo a autora, "O que está oculto não seria apenas algo inconsciente, mas algo a ser criado (...) uma vida interior, uma personalidade não mais centrada no ego, mas pautada pela relação com o Self, com esse centro interno de vida e sabedoria que transcende o ego e a esfera pessoal, consistindo numa existência significativa inscrita e conectada com o Grande Círculo da Criação, com a totalidade da vida" (BERNARDO, 2013, p.32 e 33).

Após a leitura da poesia "Todas As Vidas", passei algumas explicações básicas sobre a atividade expressiva e todos os participantes passaram a criar os seus potes de realizações e desejos com colagens e costuras para fazer a assemblagem trazendo novo significado aos objetos escolhidos. Pude perceber que estavam bastante concentrados na realização da atividade. Ao final, cada um teve a oportunidade de falar sobre seu processo.

Para ilustrar, trago relatos de alguns participantes e imagens dos objetos realizados.

ARTETERAPIA
Cores da Vida
Ano 16 - Volume 27 - Edição Especial - 2020

Fig.1 – Alguns potes dos desejos confeccionados durante a oficina.

Alguns depoimentos:
Participante A: “O processo começou com o filme... me trouxe memórias... semelhanças...coragem. Vou enrolar meus sentimentos e sonhos no meu pote. Fiz dele o meu melhor, como disse Cora.”
Participante B: “Chorei um pouco. Me senti aflita. Fiz um rápido balanço do que já conquistei e para o futuro, que é agora, cada passo me leva em direção ao entendimento de mim e do mundo para que eu possa realmente me conectar com o mais profundo do outro e assim ser fonte, ser oásis.”
Participante C: “Ter assistido ao filme da Cora Coralina fez toda a diferença para fazer este trabalho de olhar para mim mesma e verificar os meus feitos, as coisas que me magoaram, mas mais do que tudo, as conquistas que fiz, apesar de ir contra a corrente. Cora Coralina me abriu os olhos para a força que temos ao enfrentarmos a vida sem auto piedade. A proposta me tocou porque Cora me preparou. Consegui sintetizar em pequenos objetos e oferecer uma simbologia para cada um deles. O tempo... ele faz parte desse nosso exercício, era preciso usá-lo para que pudéssemos compartilhar um pedaço de nós. Se a caixa vai continuar a se transformar, eu não sei. Mas ela já marcou um encontro.”
Participante D: “Este trabalho permanecerá em processo enquanto eu respirar, pois quero sonhar até meu último suspiro”.

Fig. 2 – Potes das participantes A, B, C e D.

Conclusão

O processo de ordenação no caos iniciou já na coleta dos materiais, quando foi preciso improvisar com as ferramentas disponíveis em casa. Essa busca me faz refletir na possibilidade de uma comparação com as conquistas e bagagens que trazemos na nossa vida, quando nos dispomos a usar os nossos conhecimentos e reconhecemos o valor disso. Outro ponto importante foi ver o documentário “Cora Coralina Todas As Vidas” (BARBIERI, 2017). Os participantes que assistiram ao filme ficaram muito sensibilizados, pois lembraram fatos de suas vidas e trouxeram essa perspectiva para o momento da oficina. De modo geral, a biografia e a poesia de Cora Coralina trouxeram ressonâncias com a história de vida pessoal, trazendo relatos emocionantes e sensibilizados, o que demonstrou que emergiram reflexões interiores, onde vários participantes conseguiram simbolizar através dos objetos escolhidos os momentos mais importantes de suas vidas, como também puderam expressar suas aspirações ressignificando esses objetos. E, como eu disse aos participantes, essa atividade de confecção do pote de realizações e desejos pode continuar porque conforme os planos são alcançados, os objetos representativos podem ser incorporados do lado de fora enquanto novos desejos podem ser colocados dentro do pote. Acredito que essa oficina sirva também como excelente recurso para trabalhar a memória e o auto reconhecimento.

Para mim foi muito gratificante a oportunidade de criação e realização dessa oficina. Tenho um carinho muito especial por Cora Coralina, além da admiração pela poetisa, pelo fato dela ser conterrânea de minha avó materna. Visitei a cidade de Goiás por três ocasiões, inclusive fiz um trabalho de pesquisa para a elaboração de uma exposição nos 120 anos de Cora Coralina, que aconteceu em agosto de 2009 na Biblioteca Alceu Amoroso de Lima, em São Paulo. E falar sobre Cora, trazendo seu exemplo de vida e sua obra para fazer uma conexão com o momento presente do distanciamento social com todos os desafios que ele nos trouxe, foi algo muito relevante para mim.

ANEXO
Poema “Todas As Vidas”, de Cora Coralina

Vive dentro de mim

uma cabocla velha
de mau-olhado,
acocorada ao pé do borralho,
olhando pra o fogo.
Benze quebranto.
Bota feitiço...
Ogum. Orixá.
Macumba, terreiro.
Ogã, pai-de-santo...
Vive dentro de mim
a lavadeira do Rio Vermelho.
Seu cheiro gostoso
d'água e sabão.
Rodilha de pano.
Trouxa de roupa,
pedra de anil.
Sua coroa verde de são-caetano.
Vive dentro de mim
a mulher cozinheira.
Pimenta e cebola.
Quitute bem-feito.
Panela de barro.
Taipa de lenha.
Cozinha antiga
toda pretinha.
Bem cacheada de picumã.
Pedra pontuda.
Cumbuco de coco.
Pisando alho-sal.
Vive dentro de mim
a mulher do povo.
Bem proletária.
Bem linguaruda,
desabusada, sem preconceitos,
de casca-grossa,
de chinelinha,
e filharada.
Vive dentro de mim
a mulher roceira.
_Enxerto da terra,
meio casmurra.
Trabalhadeira.
Madrugadeira.
Analfabeta.
De pé no chão.
Bem parideira.
Bem criadeira.
Seus doze filhos,
seus vinte netos.
Vive dentro de mim
a mulher da vida.
Minha irmãzinha...
Tão desprezada,
tão murmurada...
Fingindo alegre seu triste fado.
Todas as vidas dentro de mim:
na minha vida -
a vida mera das obscuras.

Referências

ARTETERAPIA
Cores da Vida
Ano 16 - Volume 27 - Edição Especial - 2020

BARBIERI, R. **Cora Coralina todas as vidas** – filme documentário, 2017. Disponível em: https://www.youtube.com/watch?v=NBgBVoBT-4I

BERNARDO, P.P. **A prática da Arteterapia**, v. V. São Paulo: Edição do autor, 2013.

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

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

ARTETERAPIA
Cores da Vida
Ano 16 - Volume 27 - Edição Especial - 2020

7 – ESTRATÉGIAS ARTETERAPÊUTICAS EM PERÍODO DE ISOLAMENTO SOCIAL COM DEFICIENTES INTELECTUAIS OU MÚLTIPLOS DA APAE

Larissa Nayara Coelho Kimura[16]

Resumo: O estudo visa analisar o uso de estratégias arteterapêuticas com deficientes intelectuais ou múltiplos da APAE da cidade de Presidente Epitácio em determinado período de quarentena pelo COVID-19. Os objetivos foram introduzir uma dinâmica arteterapêutica alternativa na modalidade online, manter vínculos de contato e confiança com os(a) alunos(as), demonstrar solidariedade e acolhimento, proporcionar continuidade no processo de expressão e manifestação simbólica, atuar em favor da qualidade emocional, trabalhar os elementos da natureza e consciência planetária e construir maior interação entre profissionais-famílias-alunos(as). A temática trabalhada foram os quatro elementos, em especial terra e ar, dando continuidade a um processo já iniciado presencialmente e aliando esse conteúdo ao momento vivenciado de cuidado consigo mesmo(a) e com os(as) outros(as). Espera-se que este estudo possa contribuir para o fortalecimento de material para conhecimento e prática em Arteterapia e oferecer suporte estratégico para aplicação arteterapêutica em momentos atípicos como o vivenciado em 2020 pelo COVID-19 e suas implicações. O trabalho se pautou em uma pesquisa bibliográfica a partir de autores como Philippini (1998), Bernardo (2004) e Costa (2010).
Palavras-chave: Arteterapia; Isolamento social; Quatro elementos; Deficiência intelectual e múltipla; APAE.

Art-therapeutic strategies during lockdown with intellectual and multiple challenged subjects from APAE

Abstract: This study aims to analyze the usage of art-therapeutic strategies with intellectual or multiple challenged subjects from APAE in the city of Presidente Epitácio during the specific period of time stablished by COVID-19. The goals were to introduce an alternative art-therapeutic dynamic on the online modality, to maintain bonds and trust of the students, to demonstrate solidarity and refuge, to provide continuity in the expression process and manifestation, to take action in favor of the emotional quality, to develop the environment elements and global awareness and to build a bigger interaction between professionals-family-students. The boarded theme was the four elements, in special earth and air, giving continuity to a process that has been already started in person and allying this content to the living moment of self-care and caring for others. It is expected that this study may contribute to the strengthening of material for knowledge and practice in art therapy and offer strategic support for the application of art-therapy in atypical moments, such as the lived in 2020 due to COVID-19 and its implications. This study was based on a bibliographic research on authors such as Philippini (1998), Bernardo (2004) e Costa (2010).

Keywords: Art therapy; Lockdown; Four elements; Multiple and intellectual deficiency; APAE.

Estrategias arte terapéuticas en un período de aislamiento social con discapacidades intelectuales o múltiples de APAE

Resumen: El estudio tiene como objetivo analizar el uso de estrategias de terapia de arte con personas con discapacidad intelectual o múltiple de APAE en la ciudad de Presidente Epitácio en un período de cuarentena determinado por COVID-19. Los objetivos fueron introducir una dinámica artística terapéutica alternativa en la modalidad en línea, mantener el contacto y lazos de confianza con los estudiantes, demostrar solidaridad y bienvenida, proporcionar continuidad en el proceso de expresión simbólica y manifestación, trabajar en los elementos de la naturaleza y la conciencia planetaria y construir una mayor interacción. entre profesionales-familias-estudiantes. El tema trabajado fueron los cuatro elementos, especialmente la tierra y el aire, continuando un proceso que ya había comenzado en persona y combinando este contenido con el momento experimentado de cuidar de uno mismo y de los demás. Se espera que este estudio pueda contribuir al fortalecimiento del material para el conocimiento y la práctica en Arteterapia y ofrecer apoyo estratégico para la aplicación de la terapia del arte en momentos atípicos como el experimentado en 2020 por COVID-19 y sus implicaciones. Este proyecto se basó en una búsqueda bibliográfica de autores como Philippini (1998), Bernardo (2004) e Costa (2010).

[16]Arteterapeuta n° 598/0120 AATESP. Graduada em Artes Visuais pela Universidade Estadual de Maringá – PR. E-mail: larissa.ck@hotmail.com

ARTETERAPIA
Cores da Vida
Ano 16 - Volume 27 - Edição Especial - 2020

Palavras-clave: Arteterapia; Aislamiento social; Cuatro elementos; Discapacidad intelectual y múltiple; APAE.

Introdução

A Associação de Pais e Amigos dos Excepcionais (APAE) de Presidente Epitácio iniciou no mês de fevereiro de 2020 o oferecimento de serviço arteterapêutico para os(as) alunos(as) da instituição. Com o foco no processo terapêutico alicerçado pelas modalidades artísticas - pintura, desenho, escultura, construção, entre outros – para proporcionar qualidade psíquica e expressividade, as sessões arteterapêuticas foram organizadas em aplicações semanais de uma hora em seis salas do espaço.

Os excepcionais, público da APAE, são as pessoas com deficiência caracterizadas como aquelas que portam algum tipo de impedimento de longo prazo, sendo de natureza física, intelectual ou sensorial, podendo ter sua participação obstruída na sociedade. A Associação trabalha buscando promover uma atuação sobre os direitos das mesmas e oferecer um serviço de qualidade no que diz respeito à inclusão social de seus membros (BRASIL, 2020a).

Com a inesperada pandemia do COVID-19 em março e, consequentemente, o isolamento social, os alunos ficaram impedidos de frequentar a instituição. As atividades que eram ministradas pelas professoras no cotidiano precisaram assumir um formato à distância e toda a agenda pedagógica teve que ser adaptada à nova demanda. Com relação à Arteterapia, a intenção foi tentar adequar também as sessões à configuração a distância, pensando que a interrupção do processo de estimulação, acolhimento e expressividade dos(as) alunos(as) seria mais comprometedor do que as possíveis implicações das sessões. Portanto, foi feito um planejamento e criadas estratégias por meio de vídeos online e distribuição de kits com materiais para a execução das sessões em casa. Neste estudo, foi descrito o procedimento com uma sala de 20 alunos(as) com idade entre 30 e 50 anos, na qual foi abordada a temática dos elementos da natureza, buscando dar sequência ao que já vinha sendo trabalhado presencialmente na instituição e coincidemente, visando atuar no autocuidado e colaboração coletiva que o momento propiciava.

A importância da consciência planetária é também um trabalho arteterapêutico, segundo Costa (2010), e pensar e respeitar o isolamento social como uma responsabilidade no que tange se manter em casa e seguir os cuidados consigo mesmo(a), viabilizam o cuidado com todos(as) os(as) outros(as), formando uma rede humana consciente. O trabalho com os quatro elementos pretende, associadamente, oferecer recursos de fortalecimento psíquico em um período de maior vulnerabilidade da qualidade de vida, ao fazer a correspondência desses componentes com as funções psicológicas destacadas por Jung pelo fazer arteterapêutico, além de reforçar os potenciais de renascimento e transformação e o prazer da realização artística em si.

Autores como Philippini (1998), Bernardo (2004) e Costa (2010) foram utilizados na pesquisa bibliográfica e qualitativa para a elaboração deste relato de caso, abordando esclarecimentos sobre a Arteterapia, a importância da consciência coletiva e o público específico de portadores de necessidades especiais.

Pessoas com deficiência e o trabalho das APAEs

As pessoas com deficiências foram conceituadas pela Organização das Nações Unidas em Convenção Internacional Sobre os Direitos das Pessoas com Deficiência no Brasil como portadoras de impedimentos de natureza física, mental, intelectual ou sensorial de longo prazo, gerando barreiras na participação plena e efetiva na sociedade. A American Association on Intellectual and Developmental Disabilities (AAIDD) caminha na mesma direção, e declara que a deficiência intelectual "é a deficiência caracterizada por limitações no funcionamento intelectual e no comportamento adaptativo, que envolve habilidades conceituais, sociais e práticas. Essa deficiência origina-se antes dos 18 anos de idade." Quanto às estatísticas, o IBGE apontou em 2018 que pessoas com algum tipo de deficiência representaram cerca de 6,7% da população em geral.

Para Costa (2010), historicamente, os indivíduos portadores de necessidades educativas especiais foram diversas vezes negligenciados, de forma que o serviço para essas pessoas era uma modalidade da educação geral e atendia aproximadamente apenas 10% desse público. Com o desenvolvimento, porém, dessa área, um novo saber integrativo foi sendo estruturado e o trabalho de equipes multidisciplinares e recursos específicos passaram a atuar sobre a igualdade de oportunidades, as potencialidades pertencentes a cada um, a minimização de preconceitos e a formação de indivíduos com mais autonomia.

No nosso país, as instituições de educação especial estão vinculadas majoritariamente ao Estado, apesar de algumas ONGs e associações privadas representaram uma parcela dessa existência. O serviço, hoje em dia, é focado na prevenção, tratamento, reabilitação, educação e profissionalização desse público portador de necessidades especiais, além da criação e manutenção de escolas inclusivas. No que tange a Arte dentro do espectro da inclusão, temos a como "um campo rico em símbolos e significados que permite a eclosão de uma linguagem não verbal", e que visa "promover o desenvolvimento das potencialidades individuais, do espírito de

integração grupal e da formação humana, fomentando o conhecimento do legado artístico-cultural da humanidade e permitindo que pessoas socialmente marginalizadas possam produzir uma nova forma de ser e estar no mundo".

A APAE, de acordo com a Federação Nacional das APAEs, é uma associação que nasceu em 1954 no Rio de Janeiro, com o intuito de oferecer atenção integral à pessoa com deficiência, principalmente a intelectual e múltipla. Hoje, são mais de 2.200 unidades em todo território nacional, formando a maior rede de apoio destinada à esse público e tendo como missão e visão "promover e articular ações de defesa de direitos das pessoas com deficiência e representar o movimento perante os organismos nacionais e internacionais para a melhoria da qualidade dos serviços prestados pelas APAEs, na perspectiva da inclusão social de seus usuários" e "ser sempre excelência e referência no país no apoio, defesa de direitos e prestação de serviços das Pessoas com Deficiência Intelectual ou Deficiência Múltipla", respectivamente.

O surgimento da APAE se deu pela insuficiência do Estado em ofertar serviços às pessoas com deficiências intelectuais ou múltiplas, de forma que as famílias dessas pessoas se empenharam em buscar formas alternativas para incluir seus filhos socialmente e garantir seus direitos em meio a um país marcado historicamente pelo preconceito, e formando assim as primeiras associações.

Profissionais interessados passaram a apoiar as famílias, estudando, pesquisando e trocando experiências com outras pessoas que também sofriam com dificuldades consequentes do descaso e de poucas políticas públicas, foi aí que "no Brasil essa mobilização social começou a prestar serviços de educação, saúde e assistência social a quem deles necessitassem, em locais que foram denominados como APAE**,** constituindo uma rede de promoção e defesa de direitos das pessoas com deficiência intelectual e múltipla (...)" (BRASIL, 2020a).

Arteterapia como recurso de individuação, consciência planetária e cuidado

A Arteterapia se configura por um processo terapêutico, segundo com Philippini (1998), que se utiliza das modalidades artísticas para a materialização de símbolos inconscientes e que ao serem trazidos à luz da consciência, proporcionam a expansão da estrutura psíquica.

> O processo terapêutico é, então, um trajeto marcado por símbolos, que assinalam e informam sobre estágios da jornada da individuação de cada um. Por individuação entenda-se a árdua tarefa de tornar-se um indivíduo (aquele que não se divide face a pressões externas) e que assim procura viver plenamente, integrando seus talentos, às suas feridas e faltas psíquicas. Trata-se de um processo preferencialmente e predominantemente não verbal. Isto quer dizer que a abordagem e as formas de intervenção, destinam-se ao confronto com conteúdos inerentes a processos psíquicos primários e pré-verbais (que não passam pelo crivo da consciência) (PHILIPPINI, 1998, p.3).

No decorrer dos processos em Arteterapia é possível estruturar um espaço criativo interno, dando possibilidade de melhora na qualidade de vida: há um maior entendimento das próprias condições psíquicas e consequentemente, uma autorrealização. Há uma viabilização para que se manifeste a subjetividade de cada ser - o paciente passa a observar opções até então não conhecidas. Os sentimentos (reprimidos, esquecidos e em desuso) são legitimados e tomam forma, facilitando a estruturação da personalidade e oportunizando a interação, comunicação e estabelecimento do ser no mundo.

A Arteterapia envolve também mudanças coletivas, e para Costa (2010), ela pode ser cogitada como uma forma de introdução de consciência planetária, fazendo com que a humanidade reflita e perceba as condições de vida no mundo. Essa visão ecológica, humanitária e espiritual sustenta uma qualidade de vida boa e chama atenção para ações individuais e em conjunto que permitam um cuidado integrado entre indivíduo e planeta - é um papel fundamental no processo arteterapêutico, possibilitando que as experiências sejam transformadoras. Aquilo que é cuidado, dura mais, e o ser que volta a atenção para suas ações e para a convivência pacífica delas com a natureza e o meio, consegue um caminhar ético na consciência planetária. "O desenvolvimento dessa consciência planetária será a essência da sobrevivência humana no século XXI" (COSTA, 2010, p.148).

> Diante desse contexto, a Arteterapia pode ser apontada como uma possibilidade para essa consciência, porquanto, por meio dela, pode-se trabalhar tanto a consciência humana quanto a planetária, e sua abordagem multidisciplinar permite o diálogo entre diversas formas de conhecimento e expressão. Por meio da arte, é possível contribuir para a construção e a reconstrução da subjetividade humana (PHILIPINNI, 2004 *apud* COSTA, 2010, p. 148)

A Pandemia do COVID-19

O COVID-19, de acordo com o Ministério da Saúde, se caracteriza por uma doença causada pelo coronavírus SARS-CoV-2, com um quadro clínico de infecções assintomáticas até problemas respiratórios graves.

As manifestações podem ir de um resfriado a uma pneumonia severa, causando tosse, febre, coriza, dor de garganta e dificuldade para respirar.

> O Coronavírus é uma família de vírus que causam infecções respiratórias. O novo agente do coronavírus foi descoberto em 31/12/19 após casos registrados na China. Provoca a doença chamada de coronavírus (COVID-19). Os primeiros coronavírus humanos foram isolados pela primeira vez em 1937. No entanto, foi em 1965 que o vírus foi descrito como coronavírus, em decorrência do perfil na microscopia, parecendo uma coroa. A maioria das pessoas se infecta com os coronavírus comuns ao longo da vida, sendo as crianças pequenas mais propensas a se infectarem com o tipo mais comum do vírus. Os coronavírus mais comuns que infectam humanos são o alpha coronavírus 229E e NL63 e beta coronavírus OC43, HKU1 (BRASIL, 2020b).

A forma de transmissão do COVID-19 ocorre pelo contato de uma pessoa doente com outra, como pelo toque do aperto de mão, gotículas de saliva, espirro, tosse, catarro, objetos ou superfícies contaminadas (celulares, mesas, maçanetas, brinquedos, teclados de computador etc).

Diante de todo esse cenário, a medida de prevenção do município de Presidente Epitácio se deu com o decreto nº º 3.711/2020, em 16 de março de 2020, propondo um plano de contingência através de medidas para enfrentamento da emergência de saúde pública decorrente do novo Coronavírus – COVID-19, e suspendendo por pelo menos 60 dias as atividades como no art. 3º, em que "(...) o Município adotará, entre outras medidas administrativas que vierem a ser tomadas pelo Governo Estadual, necessárias para enfrentar a situação de emergência, a suspensão das aulas em todas as Unidades Municipais de Ensino, inclusive Creches, a partir do dia 23 de março de 2020" (PRESIDENTE EPITÁCIO, SP, 2020).

Um percurso alternativo: materiais e métodos no isolamento social

Este estudo é definido por abordagem descritiva e exploratória, de natureza qualitativa. Foi realizado nos meses de maio e junho de 2020, por meio de seis sessões arteterapêuticas (uma por semana), com uma sala de adultos da APAE de Presidente Epitácio - SP. Foram 20 alunos de educação especial, com idade entre 30 e 50 anos, portadores de deficiências intelectuais e múltiplas. Os encontros, porém, foram realizados de casa, em decorrência do isolamento social pela pandemia do COVID-19.

Foi feito um planejamento para organizar a sessões à distância, definindo os temas a serem trabalhados, as instruções para produção dos vídeos e a listagem e montagem de kits de materiais necessários. Já vinha sendo feito presencialmente na APAE o trabalho com os elementos da natureza, e pensando na relação entre o momento atual com o cuidado individual e coletivo, foi dado prosseguimento a sequência do tema. Aplicaram-se três sessões referentes ao elemento terra e três ao elemento ar no período de maio e junho.

As famílias foram informadas que, para que as sessões não cessassem, comprometendo o desenvolvimento dos alunos e o vínculo de contato, seriam feitas no modo à distância, com vídeos e assistência com a mediadora por celular. Os vídeos foram elaborados com duração média de cinco minutos cada, contendo as instruções para um relaxamento inicial e a proposta da atividade principal, enviados toda sexta-feira por whatsApp no grupo de famílias dos(as) alunos(as), que a partir de então, teriam que dar o suporte em conjunto para essa realização e também enviar fotos como registro das atividades propostas. Foram montados kits com os materiais para serem usados nas sessões, etiquetados e organizados por sessão para facilitar a identificação e assimilação. Os kits ficaram disponíveis na Associação para as famílias que pudessem buscá-los ou levados até a casa daqueles que não tinham essa possibilidade.

Fig. 1 - Kits individuais com os materiais para a execução das sessões de Arteterapia a serem entregues

ARTETERAPIA
Cores da Vida
Ano 16 - Volume 27 - Edição Especial - 2020

Fonte: acervo da autora

a) Os quatro elementos

A relação entre os opostos, de acordo com Jung citado por Bernardo (2004), é à base da nossa constituição psíquica - gradativamente podemos diferenciar o dia da noite, o masculino do feminino, a consciência do inconsciente. Esse mecanismo faz uma separação para conseguir conhecê-los melhor e depois juntá-los numa totalidade que permita ampliação da consciência. Da mesma forma, os alquimistas agrupavam os quatro elementos da natureza em pares opostos como matéria-prima que deu origem a toda multiplicidade e que além de estarem em tudo a nossa volta, atuam como forças psíquicas relacionadas às quatro funções da consciência, fazendo a mediação entre nós e o mundo.

A autora frisa uma fala que ouviu certa vez, afirmando que o ser humano é natureza vestida de gente e que, nesse sentido, podemos aproximar nossos laços com a composição psíquica, nossa matéria-prima, ao trabalhar com segmentos que contemplem os quatro elementos e sua simbologia. Para Freitas

> O alquimista, ao se debruçar sobre a natureza, partia da matéria prima e a submetia a uma série de processos, com o objetivo de transformá-la na pedra filosofal. Tais processos envolviam operações com os quatro elementos (fogo, terra, ar e água) e com a interação entre eles, visando eliminar impurezas e facilitar a transformação da matéria naquilo em que ela seria em essência, mas de maneira não revelada. Nesse sentido, o alquimista seria um colaborador da natureza, procurar acelerar seus processos (1987, p.22, apud BERNARDO, 2004, p.123).

Segundo Bernardo (2004), a chamada “Roda de Cura” ou “Roda da Medicina Indígena”, representa a movimentação da vida desde o nascimento, como é o caso da semente, até a morte e velhice, os frutos, e resgata a importância e revitalização dos rituais ancestrais e processos de cura com o uso dos 4 elementos. Esses elementos são associados às funções da consciência, de forma que o ar se relaciona ao pensamento, água ao sentimento, fogo à intuição e terra à sensação. Na roda, as fases da vida também estão relacionadas, além dos elementos, funções, direções e qualidades, a animais representacionais, como é o caso da águia, golfinho, urso, búfalo e o beija-flor, que faz a síntese e conjunção entre os opostos.

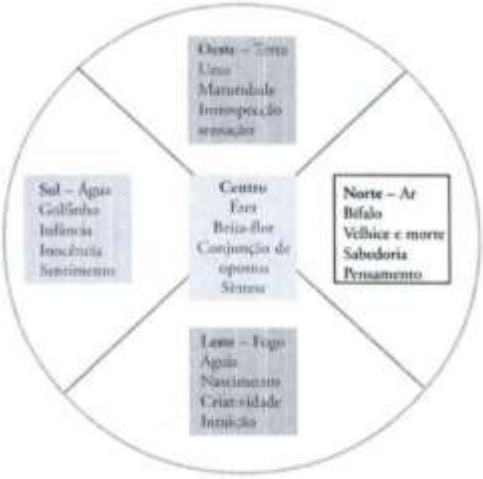


Fig. 2 – Roda de cura
Fonte: BERNARDO, 2004, p.125

b) Elemento terra

> O elemento terra, que associo à função sensação, em sua simbologia relaciona-se ao nosso corpo e a seus processos vitais e reguladores, à percepção da realidade e a tudo que nos fornece base e suporte para o crescimento, a tua que assume uma forma definida e ocupa um lugar no espaço, ao nosso posicionamento existencial. Podemos trabalhar arteterapêuticamente com essas questões através de expressões

ARTETERAPIA
Cores da Vida
Ano 16 - Volume 27 - Edição Especial - 2020

tridimensionais, como a modelagem em argila, escultura, confecção de caixas, jardinagens e trabalhos corporais (BERNARDO, 2004, p.124).

Sessão 1: Colagem orgânica da mão

O primeiro contato na modalidade online se deu com uma sessão relacionada ao elemento terra. Foi iniciada com instruções para um relaxamento com respiração diafragmática, com a contagem de 4-4-4 (inspiração, retenção, exalação) para diminuir as resistências e promover tranquilidade como preparo para a atividade principal. A partir de então, os(as) alunos(as) deveriam olhar para suas mãos, observá-las e pensar nelas como mediadoras na nossa relação com o mundo, e que agora, exigiam um cuidado redobrado, com a lavagem frequente com sabão e a esterilização com o álcool 70%. Receberam orientações para realizar uma colagem com folhas naturais: deveriam traçar o contorno de sua mão sobre uma folha de sulfite ou canson A4, com lápis ou canetinha, e depois preencher a parte de dentro desse contorno com folhas de diversos tamanhos que pudessem encontrar no quintal ou em vasos pela casa.

Os objetivos da sessão foram: manter vínculos de confiança, diminuir ansiedade e resistências, estimular a proximidade com a natureza, trabalhar a coordenação motora, estimular as percepções sensoriais, estimular a percepção espacial e de formas, atuar por meio do recorte/colagem em processos análogos psiquicamente: rearranjo e transformação de situações, frisar a representação e cuidado com as mãos pelo momento que está sendo vivenciado e trabalhar a função sensação, responsável pela sustentação, realização e concretização psíquica.

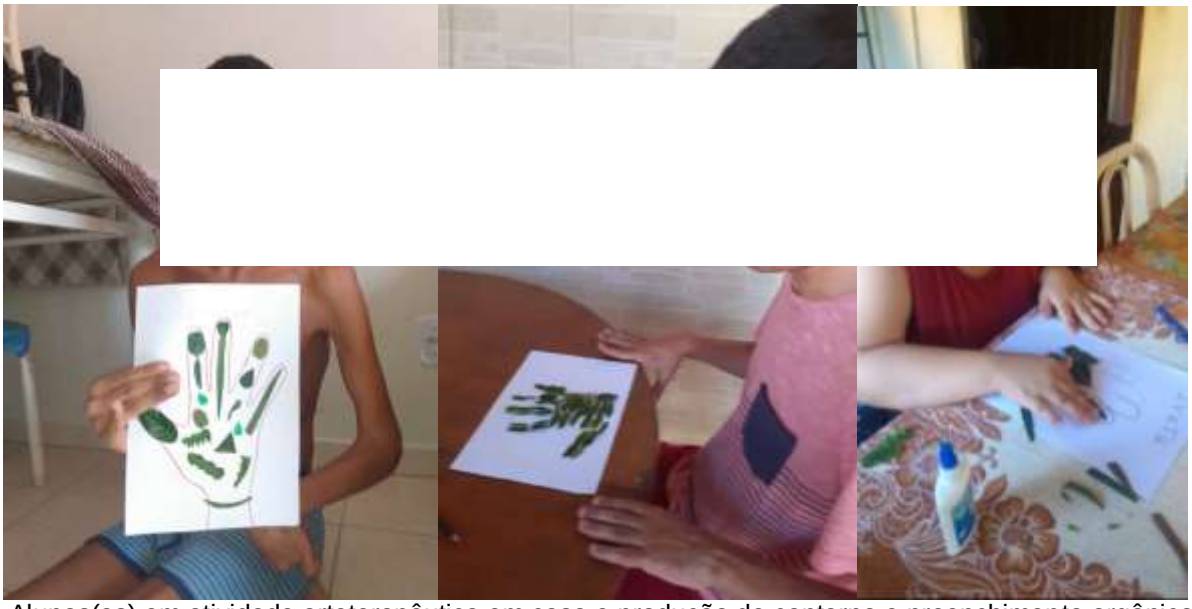


Fig. 3 - Alunos(as) em atividade arteterapêutica em casa e produção de contorno e preenchimento orgânico da mão por eles(as)

Fonte: acervo da autora

Sessão 2: Construção com galho seco

A segunda sessão foi iniciada com o seguinte relaxamento: passear pelo quintal ou alguma área verde em casa, procurando por um galho seco – esse momento já proporcionaria a fase inicial de sensibilização. Posteriormente, foi lido o texto “A árvore morta”, que conta a história de uma árvore que foi cortada durante o inverno por um homem com seu filho, achando que ela havia secado por não estar dando flores e folhas, e com a chegada do verão, voltou a brotar. Foi proposto que enfeitassem então esse galho seco, podendo ser utilizados botões, miçangas, fitas, e todos os tipos de adereços que a imaginação permitisse, para além do material enviado, caso desejassem.

Os objetivos foram manter vínculo de confiança, diminuir ansiedade e resistências, estimular proximidade com a natureza, trabalhar coordenação motora, estimular as percepções sensoriais, estimular a criatividade na escolha de adereços, trabalhar a simbologia do seco/morto em revitalizado: galho cru em elemento personalizado e valorizado, similar aos acontecimentos de renascimento necessários na vida e trabalhar a função sensação, responsável pela sustentação, realização e concretização psíquica.

ARTETERAPIA
Cores da Vida
Ano 16 - Volume 27 - Edição Especial - 2020

Fig. 4 - Alunos após a construção a partir de galho seco em casa
Fonte: acervo da autora

Sessão 3: Pintura em pedras

A sessão foi iniciada com instruções para um alongamento simples, esticando e espreguiçando os braços e as pernas, movimentando gentilmente o corpo. Após esse relaxamento, a proposta foi realizar pinturas em pedras, que poderiam ser selecionadas e colhidas na própria casa, atentando-se para a diversidade de tamanhos, texturas, brilho, entre outras características. A orientação da pintura foi de espontaneidade, de forma a proporcionar aos(às) alunos(as) liberdade para expressar pela tinta sobre a pedra, sua singularidade.

Os objetivos foram manter vínculo de confiança, diminuir ansiedade e resistências, estimular proximidade com a natureza, estimular as percepções sensoriais, trabalhar coordenação motora, proporcionar momento de ludicidade com a contação de história, trabalhar a função sensação, responsável pela sustentação, realização e concretização psíquica e também a função sentimento (pelo uso das tintas) na valorização da leveza e diminuição da rigidez.

Fig. 5 - Pintura em pedras e outros elementos feita por 2 alunas em casa
Fonte: acervo da autora

c) Elemento ar

> O ar representa o nosso potencial para criar imagens e atribuir significados para as experiências vividas, podendo ser relacionado a função pensamento, e aos nossos devaneios e fantasias, às histórias que permeiam a nossa existência, aos relacionamentos de maneira geral. Contar histórias, dramatizá-las, bem como o trabalho com mandalas, com costura, tecelagem e fios em geral são formas de proporcionar a elaboração de questões referentes a esse elemento (BERNARDO, 2004, p.125).

ARTETERAPIA
Cores da Vida
Ano 16 - Volume 27 - Edição Especial - 2020

Sessão 4: Pintura espelhada com linha

O elemento ar trabalhado a partir desta sessão é bastante simbólico, pois assim como alimenta os pulmões e proporciona vida, é também, neste momento, veículo de contagio e transmissão do COVID-19. A sessão foi inaugurada com reflexologia palmar simples, orientando a apertar alguns pontos específicos das mãos para provocar relaxamento. Após a sensibilização inicial, foi dada a instrução da pintura com linha, na qual os(as) alunos(as) deveriam embebê-la em tinta e colocá-la de forma livre entre uma folha dobrada ao meio, puxando sua ponta para baixo e depois abrindo essa folha para observar o resultado. Alguns acrescentaram detalhes à produção, como no caso da aluna que enxergou uma flor e pintou folhas a mão livre para realizar sua composição.

Os objetivos foram manter vínculo de confiança, diminuir ansiedade e resistências, trabalhar coordenação motora, trabalhar simetria e espelhamento, valorizar as formas livres, estimular as percepções sensoriais, trabalhar a função pensamento representado (representado pela linha) responsável pela objetividade e racionalidade psíquica e também a função sentimento, (representado pela tinta) atuante na fluidez e valor afetivo das situações.

Fig. 6 – Pinturas a partir de linha feita em casa por dois alunos(as)
Fonte: acervo da autora

Sessão 5: Construção de móbile

Nesta sessão o relaxamento inicial foi feito com meditação h'oponopono, estimulando os(as) alunos(as) a mentalizarem as frases: "sinto muito, me perdoe, eu te amo, sou grato(a)" em conjunto a respirações profundas. Dando sequência, deveriam cortar formas no e.v.a a partir de moldes enviados no kit e também de forma livre, fixá-las em fitas de cetim e amarrar em um galho seco, estruturando assim um móbile.

Os objetivos da sessão foram fortalecer e manter vínculo de confiança, diminuir ansiedade e resistências no acesso ao inconsciente, estimular a coordenação motora, oferecer suporte para a criação de um objeto que trabalha a percepção visual e pode ornamentar o espaço, trabalhar com a função é pensamento na organização dos processos mentais.

ARTETERAPIA
Cores da Vida
Ano 16 - Volume 27 - Edição Especial - 2020

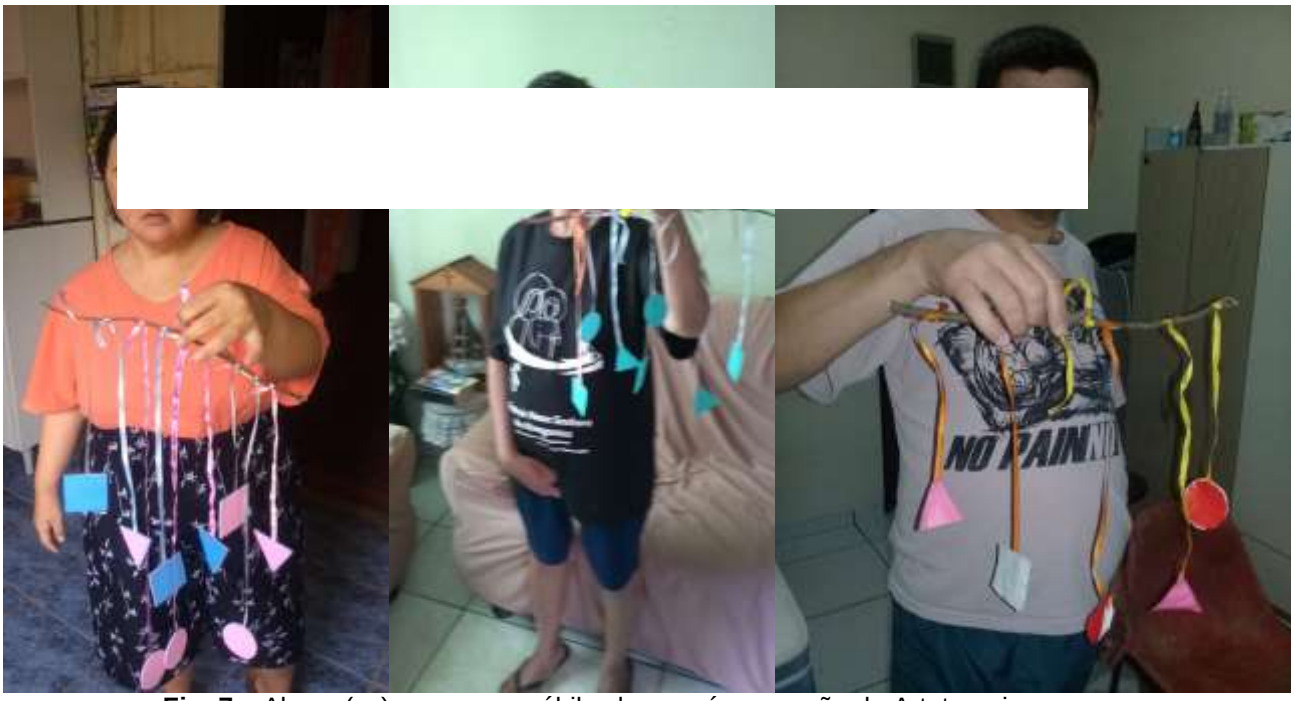


Fig. 7 – Alunos(as) com seus móbiles logo após a sessão de Arteterapia em casa
Fonte: acervo da autora

Sessão 6: Carimbo com bexiga

A sessão foi iniciada com orientações para uma massagem intuitiva nos pés, que poderia ser feita pelos(as) próprios(as) alunos(as) ou em conjunto com um(a) responsável, fazendo a massagem neles(as). Feita a sensibilização, a atividade principal se deu pelo carimbo com bexigas, de forma que eles(as) deveriam enchê-las nos tamanhos que desejassem, passá-las nas tintas e carimbar sobre folha de canson A4.

Os objetivos foram fortalecer e manter vínculo de confiança, diminuir ansiedade e resistências no acesso ao inconsciente, trabalhar a força e controle para encher a bexiga, trabalhar a coordenação motora no processo de carimbar, atuar na percepção espacial e de formas criadas, trabalhar com a função pensamento que visa organizar os processos mentais e também com sentimento, atuante na fluidez e valor das emoções.

Fig. 8 – Pinturas a partir de carimbo com bexiga feito em casa por dois alunos(as).
Fonte: acervo da autora

Considerações Finais

As sessões arteterapêuticas na modalidade online exigiram planejamento e preparo para que pudessem ser aplicadas. O trabalho adaptado por conta do isolamento social não substitui as sessões com intermédio do(a) arteterapeuta feito presencialmente, mas as estratégias foram postas em prática como medida urgente, para que os(as) alunos(a) não tivessem seus estímulos interrompidos e sua expressividade dissipada, gerando maiores prejuízos.

ARTETERAPIA
Cores da Vida
Ano 16 - Volume 27 - Edição Especial - 2020

Algumas implicações surgiram, como o caso da família de dois alunos(as) não disporem de celular e alguns(algumas) outros(as) relatarem ter uma internet não tão eficaz. Porém, as atividades foram realizadas na maioria dos casos - as famílias foram fundamentais para que o trabalho pudesse acontecer, e majoritariamente participaram do processo arteterapêutico, dando suporte ao(à) aluno(a) e também retorno com fotos e registros das sessões semanais. Dentro desse contexto, percebeu-se que o vínculo entre profissionais e responsáveis se tornou mais estreito, alguns(algumas) responsáveis entravam em contato para esclarecer algumas dúvidas quanto às atividades e a conversa se estendia em movimento de fortificação do laço social.

Os(as) alunos(as) puderam se sentir acolhidos(as) e em depoimentos dados pelos(pelas) responsáveis, havia relatos de expressarem alegria ao receber os materiais e manter contato pelos vídeos. As sessões semanais também ofertaram um momento de ação e fazer artístico importante, posto que muitos(as) tinham a APAE como único espaço de maior de fazer artístico e expressividade.

Foi acordado com os(as) profissionais da APAE, que as sessões arteterapêuticas na modalidade online continuarão pelo tempo que o isolamento permanecer, e somente nesse caso, mantendo o protocolo de produção de kits mensais de materiais e postagem de sessões-vídeo no grupo das famílias. Sabe-se que certos prejuízos em consequência do isolamento acontecerão, que o intermédio por inteiro pelo(a) arteterapeuta ficará comprometido, assim como a interação social entre os(as) próprios(as) alunos(as) da sala, mas o trabalho segue na tentativa de oferecer o serviço arteterapêutico dentro das possibilidades que o momento atípico permitir, visto que diante das dificuldades ainda foi possível contribuir na qualidade de vida e perceber efeitos positivos manifestados pelo público.

Referências

BERNARDO, P. P. A mitologia criativa e o olhar: dando corpo e voz aos diferentes aspectos do ser. In: ARCURI, I. (Org.). **Arteterapia de corpo e alma**. São Paulo: Casa do Psicólogo, 2004.

BRASIL, FEDERAÇÃO NACIONAL DAS APAES. **Quem somos**. 2020a. Disponível em: http://apaebrasil.org.br/pagina/a-apae. [capturado em 20 de junho de 2020].

BRASIL, MINISTÉRIO DA SAÚDE. **Corona vírus COVID-19: o que você precisa saber**. 2020b. Disponível em: https://coronavirus.saude.gov.br/. [capturado em 20 de junho de 2020].

COSTA, R. X. **Arteterapia & Educação Inclusiva: diálogos multidisciplinares**. 1. ed. Rio de Janeiro: WAK, 2010. v.1.

PHILIPPINI, A. Mas o que é mesmo Arteterapia? **Rev Arteterapia "Imagens da Transformação"**, v. V, 1998.

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

PRESIDENTE EPITÁCIO. **Decreto nº 3.711/2020**, de 16 de março de 2020. Plano de contingência através de medidas para enfrentamento da emergência de saúde pública decorrente do novo Coronavírus – COVID-19. Presidente Epitácio: Prefeitura Municipal. Disponível em: http://www.presidenteepitacio.sp.gov.br/?pagina=decretos_covid19.php. [capturado em 21 de julho de 2020].

ARTETERAPIA Cores da Vida
Ano 16 - Volume 27 - Edição Especial - 2020

8 – A ESCUTA QUALIFICADA E A HISTÓRIA OU CONTO DE FADAS QUE ACESSAM O CRIATIVO COMO FORMA DE CUIDADO EM TEMPOS DE PANDEMIA

Flora Elisa de Carvalho Fussi [17]

Resumo: Relato que traz o caminho encontrado pela arteterapeuta para contribuir com o crescimento pessoal das mulheres, que são pacientes da unidade de saúde mental e chegam em situação de crise emocional para serem atendidas, em tempos de pandemia. Procurando, com a escuta qualificada, que cada uma entre em contato com a sua dor, através da ludicidade, da amorosidade e da criatividade, trazendo para tanto o olhar da Arteterapia ao contar as histórias ou os contos de fadas.
Palavras-chave: crise emocional; criatividade; amorosidade.

Abstract: A report that brings the path found by the art therapist to contribute to women's personal growth, who are patients of the mental health unit and arrive in crisis to be cared for in times of pandemic. Trying, with qualified listening, that each one gets in touch with their pain, through playfulness, lovingness and creativity, bringing the look of Art Therapy to both telling stories or fairy tales.
Keywords: crisis, creativity, lovingness.

Resumen: Informe que trae el camino encontrado por el arteterapeuta para contribuir al crecimiento personal de las mujeres, que son pacientes de la unidad de salud mental y llegan en crisis para ser atendidas, en tiempos de pandemia. Intentando, con una escucha calificada, que cada uno se ponga en contacto con su dolor, a través de la alegría, el cariño y la creatividad, llevando la mirada de la Arteterapia tanto a contar historias como a cuentos de hadas.
Palavras-clave: crisis; creatividad; amor.

Introdução

Atualmente, em todas as unidades de saúde estamos preocupados com o COVID-19, como não passar o vírus para os usuários e como não nos contaminar? E como manter todo lugar limpo? Lavar as mãos... álcool gel! limpar a mesa... a cadeira... a postos com álcool gel na mão! Geram até brincadeiras!

Mas como atender os usuários? Em especial a mulheres vítimas de violência? Muitas delas já estão separadas ou com processos em andamento, estão em casa com a família, seus companheiros. Nesse momento de muitas incertezas e inseguranças, aumentou muito o número de tentativas de suicídio e automutilação, por isso optamos por atender individualmente, com escuta qualificada, de acordo com a demanda.

No CAPS atendemos, como preconiza a reforma psiquiátrica, dois profissionais de formações diferentes para melhor atender as necessidades dos usuários. Vasconcelos (1997) refere que nos atendimentos transdisciplinares cria-se um campo teórico mais amplo, com visão mais abrangente.

Este relato está pautado nos referenciais teóricos de Winnicott (1989), Kast (2011; 2017), Pereira (1976), Bonaventura (1992) e Frans (1985a; 1985b).

Objetivo

Buscar por meio dos contos de fadas ou histórias a criatividade para resolução de conflitos.

Método

A escuta qualificada possui potencial terapêutico ao ser realizada, contribui para a melhora da atenção centrada no usuário com transtorno mental, no caso, as mulheres do grupo possuem transtorno mental. “Esta

[17]Flora Elisa de Carvalho Fussi - Associação Brasil Central de Arteterapia - ABCA 003/0301. Arte Educadora pela UNAERP, Arteterapeuta pela UFG-GO, Mestre em Ciências da Educação pela UNP-PY, Especialização em Psicoterapia com Base Psicanalítica e em Impacto da Violência na Saúde, docente e supervisora de Pós Graduação, membro do conselho diretor da UBAAT, atua em atelier arteterapêutico com adultos e como Arteterapeuta na Secretaria Municipal da Saúde de Goiânia desde 2000. floraelisafussi@gmail.com – whatsapp (62) 98139-4000

ARTETERAPIA
Cores da Vida
Ano 16 - Volume 27 - Edição Especial - 2020

escuta acessa o campo humano subjetivo, a partir do momento que é realizada qualificadamente, pois, para a pessoa em sofrimento mental, significa resolução de problemas, disponibilidade, compreensão, confiança, respeito" (MAYNART et al., 2014). Nesses atendimentos, a escuta qualificada tem o acréscimo dos contos de fada ou histórias, buscando acessar o criativo das usuárias do serviço.

Discussão

Os atendimentos individuais, às mulheres vítimas de violência com a escuta qualificada é efetuado junto com uma assistente social, nesse relato trarei o olhar da arteterapeuta. Quando elas chegam à unidade muito ansiosas e com sentimento de culpa, me fazem lembrar Melanie Klein, "as ansiedades depressivas são sempre associadas a vivência de culpa, porém numa perspectiva reparável. [...] E Meltzer admite que as posições descritas apresentam regressões e flutuações durante todo o curso da vida, reaparecendo ocasionalmente com mais intensidade quando o ego enfrentar mudanças radicais, stress, compromisso de importância vital, perda de seres amados [...]" (PEREIRA,1976, p.43).

À medida que a usuária vai trazendo suas questões, se relaciono o que ela traz, com uma história ou conto de fadas que conheço e que possa contribuir, conto a história. A experiência cultural, para Winnicott (1989) se inicia com o jogo (trago o sentido do brincar) e os contos, que podem contribuir para resolver estados afetivos conflitivos de níveis profundos da psique, favorecendo a estruturação e expansão da personalidade, como refere Fussi (2004).

Num dos atendimentos a história que me veio à lembrança foi sobre "As Árvores filhas" de Estés (2007), sintetizei a história, que fala das árvores avós que sobreviveram a todas as intempéries do tempo e protegem as pessoas do vento, da neve, do sol. Quando um dia, os serralheiros chegam e cortaram uma árvore avó bem próximo à raiz, sem que a comunidade pudesse impedir. E que com o passar dos anos essa árvore começa a brotar. Estés relaciona a resiliência da árvore à resiliência das mulheres.

Optei por introduzir o conto de fadas ou uma história, durante o atendimento individual, com a escuta qualificada, por funcionar como um objeto transicional, que para Winnicott (1989), "o conceito de objeto transicional nos permite considerar uma área adicional de experiência e liga a realidade externa à fantasia, abrindo-se sobre o terreno da criatividade, onde ambos têm seu papel a exercer" (PEREIRA, 1976, p.114).

O conto, seja ele de uma cultura diferente ou não, de quem ouve, traz a identificação com a/o personagem. Bonaventura (1992), indaga se isso acontece porque existem semelhanças entre os seres humanos, para enfrentar suas questões. Afirma ainda que os momentos do conto trazem lembranças vividas, passando a falar sobre a própria pessoa.

Buscando o valor do brincar, e do lúdico, seja com alegria ou com tristeza, mas com a leveza. Procuro observar as mulheres, com todas as possibilidades perceptivas, auditivas e corporais. É interessante de ver a reação delas, porque estão acostumadas a ouvir a história como uma sensibilização para o trabalho de Arteterapia e não durante o atendimento individual, que fazemos quando é necessário, nos tempos normais. Seus corpos se mostram deprimidos, a tonalidade da fala geralmente é baixa, às vezes difícil de ouvir, mais difícil ainda com as máscaras de proteção. Mas os olhinhos brilham quando ouvem a história, e se identificam! Para Kast (2011, p.9) "os contos também relatam como sair desse estado de 'enfeitiçamento' ou 'encantamento'". E esse brilho no olhar que surge, nos indica essa abertura.

Os contos e as histórias estão repletos de símbolos, que para Amaral (2019) fazem parte de uma construção sensível que permite, no caso às mulheres, entenderem a elas e seu mundo, pois os símbolos nos são apresentados em imagens e que para Jacques- Wunenburger, o que ouvimos é também imagem. Assim elas vão trazendo suas imagens vividas e buscando significados.

Outra história que contei, foi a "A Sacola de Couro" (BONAVENTURA, 1992, p.205-11). É a história de um menino muito rico, que gostava de ouvir histórias e todas as noites antes de dormir um velho servo contava uma história pra ele, mas ele era muito egoísta e não recontava a história pra ninguém por mais que o velho servo insistisse para que ele recontasse os contos, ele não contava. Ele cresceu assim e quando já moço foi marcado dia do seu casamento e a esse velho servo, não foi permitido ir ao casamento, pois já estava com muita idade e iria atrasar o cortejo até a casa da noiva. O velho servo foi arrumar as coisas do rapaz para a viagem, quando ouviu um barulho atrás da porta e ao olhar encontrou uma sacola de couro, amarrada pela boca, com todos os personagens, espíritos dos contos de fadas dentro. Estavam muito bravos, por estarem presos e tramando a morte do rapaz. A raposa e a serpente discutiam e sem perceber, contaram tudo que haviam tramado contra o rapaz. O velho servo ouviu tudo, e achou um jeito de ir com o rapaz para a casa da noiva. E assim ele vai livrando o rapaz de todas as emboscadas inclusive da cobra que estava na cama na noite de núpcias. Com esse evento o velho servo, consegue fazer o rapaz entender o que aconteceu por não recontar as histórias. E a partir dessa noite, o rapaz, todas as noites, conta um conto para esposa para os filhos que ele teve e assim, os espíritos saem da sacola, um a um.

Quando trago as histórias ou contos de fadas, procuro desenvolver a imaginação criativa, focando a possibilidade das mulheres perceberem com um novo olhar, suas repetidas ações. Quando trouxe o conto "A Sacola de Couro", foi a partir da fala de uma das mulheres que repetidamente no atendimento, dizia que não

contava nada do que se passava com ela e, que ninguém pode saber, aliás, fala comum entre elas... e esse ato de não falar, causa a angústia, a irritabilidade e agrava o isolamento.

Esses atendimentos com os contos de fada e história se buscarmos nos fundamentarmos na Psicologia Analítica, teremos o desenvolvimento de um trabalho de individuação, que para Kast, significa "descobrir no dia a dia vivido, quem nós realmente somos, quais são as possibilidades bem específicas inatas e próprias" (2017, s/n). Durante o atendimento das mulheres, percebe-se o quanto são difíceis e dolorosas essas descobertas.

Para Frans (1985a; 1985b) o conto deve ser relacionado ao olhar psicológico e a cultura do país em que é contada, assim como deve ser considerada cada pessoa que o escuta. Pois cada pessoa que o escuta, traz sua história de vida, seus sonhos e suas lembranças, boas e ruins. Se ruins, para Jung, traz a sombra, ou seja, a "personificação de certos aspectos inconscientes da personalidade, [...] que diz respeito ao que não posso conhecer diretamente, [...] a parte obscura, não vivida e reprimida da estrutura do ego" (apud FRANS, 1985b, p.1) enfim, o que a pessoa não conhece de si, e a busca desse conhecimento a leva ao processo de crescimento pessoal, a individuação.

Os contos colocam as mulheres em contato com a própria sombra, mas com amorosidade e permitem um olhar suave para si, possibilitando a mudança.

Referências

AMARAL, M. V. N. Prefácio. In: ORMEZZANO, G. (Org.). **Imagens e subjetividades**. Curitiba: Appris, 2019.

BONAVENTURA, J. **O que conta o conto?** São Paulo: Paulinas, 1992.

ESTÉS, C. P. **A ciranda das mulheres sábias**: ser jovem enquanto velha, velha enquanto jovem. Rio de Janeiro: Rocco, 2007.

FUSSI, F. E. C. Saúde Mental: uma vivência de arte e criatividade. In: VALLADARES. A. C. A. (Org.). **Arteterapia no novo paradigma de atenção em saúde mental**. São Paulo: Vetor, 2004, cap.8. p.143-54.

FRANS, M. L. V. **A Individuação nos contos de fadas**. São Paulo: Paulinas, 1985a.

FRANS, M. L. V. **A sombra e o mal nos contos de fadas**. São Paulo: Paulinas, 1985b.

KAST, V. **O amor nos contos de fadas**. O anseio pelo outro. Rio de Janeiro: Vozes, 2011.

KAST, V. **O caminho para si mesmo**. Rio de Janeiro: Vozes, 2017. Disponível em: https:amazona.com.br, acesso em 21-06-20

MAYNART, W. H. C. et al. A escuta qualificada e o acolhimento na atenção psicossocial. **Acta Paul Enferm**. v.27, n.4, p.300-3, 2014. Disponível em: https://www.scielo.br/pdf/ape/v27n4/1982-0194-ape-027-004-0300.pdf Acesso em 21-06-20

PEREIRA, R. C. C. **A espiral do símbolo**: a arte como terapia. Rio de Janeiro: Vozes, 1976.

VASCONCELOS, E. M. Saúde Mental e desinstitucionalização: revivendo serviços. **Cadernos do IPUB do Instituto de Psiquiatria UFRJ**. Rio de Janeiro, n. 7, 1997.

WINNICOTT, D. W. **Tudo começa em casa**. São Paulo: Martins Fontes,1989.

ARTETERAPIA Cores da Vida
Ano 16 - Volume 27 - Edição Especial - 2020

9 – ARTETERAPIA COM CRIANÇAS DE FORMA *ONLINE* - A Tecnologia a nosso favor
Arteterapia com crianças de forma online - a tecnologia a nosso favor

Luciana Machado dos Santos[18]

Resumo: A pandemia de COVID 19 "paralisou" o mundo e em função do isolamento social uma das inúmeras atividades presenciais que cessaram foi o atendimento arteterapêutico. A autora Luciana Machado apresenta como decidiu aplicar os atendimentos online, como ela e os seus clientes se adaptaram a este novo caminho e os resultados destas experiências. É apresentado como as diferentes faixas etárias aceitaram as sessões *online*. O foco do relato ficou no trabalho com as crianças, dando-se especial atenção aos resultados do uso dos materiais, do uso do lúdico, das diversas técnicas utilizadas e à importância da família no processo. O artigo demonstra que os atendimentos arteterapêuticos com a ajuda da tecnologia e de forma *online* são eficazes e possíveis de serem realizados, não se deixando assim de dar continuidade no desenvolvimento e no cuidado com os clientes.

Palavras-chave: Arteterapia; Atendimentos *online;* Família; Tecnologia.

Art therapy for children online - technology in our favor

Abstract: The COVID 19 pandemic "paralyzed" the world and, due to social isolation, one of the countless face-to-face activities that ceased was art therapy. Author Luciana Machado presents how she decided to apply therapeutic sessions online, how she and her clients adapted themselves to this new path and the results of these experiences. It is presented how the different age groups accepted *online* meetings. The focus of this article was on working with the children, paying special attention to the results of the use of materials, the use of ludic activities, the various techniques used and the importance of the family in the process. The article demonstrates that, with the help of technology, online art therapy treatments are effective and possible to be performed, thus continuing to develop and care for customers.

Keywords: Art therapy; Therapeutic sessions online; Family; Tecnology.

Arteterapia para niños online: la tecnología a nuestro favor

Resumen: La pandemia de COVID 19 "paralizó" al mundo y, debido al aislamiento social, una de las innumerables actividades presenciales que cesó fue la Arteterapia. La autora Luciana Machado presenta cómo decidió aplicar los servicios de forma *online*, cómo ella y sus clientes se adaptaron a este nuevo camino y los resultados de estas experiencias. Se presenta cómo los grupos con diferentes edades aceptaron el online. El enfoque del artículo estuvo en el trabajo con los niños, prestando especial atención a los resultados del uso de materiales, del uso de las actividades lúdicas, de las diversas técnicas utilizadas y la importancia de la familia en el proceso. El artículo demuestra que los tratamientos de Arteterapia con la ayuda de la tecnología y de forma *online* son efectivos y se pueden realizar, por lo que se continúa desarrollando y cuidando a los clientes.

Palavras-clave: Arteterapia; Sesiones online; Familia; Tecnología.

Sou Luciana Machado dos Santos, Arteterapeuta do Rio de Janeiro e conto um pouco do desafio do atendimento *online* nesse momento de pandemia, COVID – 19.

Somos seres criativos, sem dúvida nenhuma.

O ano de 2020 mal começou e "BUM", fomos surpreendidos pelo Coronavírus tendo que ficar em casa. Todos os estabelecimentos, quase todos, tiveram que ser fechados.

Como assim? Um vírus letal. Sim, um vírus que atingiu e afetou o mundo todo.

[18] Arteterapeuta, Pedagoga e Psicopedagoga. E-mail: luciana.Arteterapia@mail.com Site: www.lucianamachado.art.br Face: Arteterapia Luciana Machado. Instagram: @Arteterapia_lucianamachado

Conforme orientação da OMS tranquei a porta de meu Atelier e disse até logo, mas sem saber por quanto tempo teria que ficar longe de meu espaço sagrado.

Como todos devem saber, interromper um processo terapêutico de forma abrupta não é nada bom. E agora? – me perguntei.

Todos assustados em suas casas, ouvindo os noticiários e sem saber como lidar com algo tão novo e digamos de passagem, assustador.

Pensei logo em propor aos clientes o atendimento *online*. Atendo como Arteterapeuta de crianças a idosos há 16 anos, e os mais resistentes foram os idosos por não dominarem muito a tecnologia ou por nem terem telefone celular. Já os pais de crianças e adolescentes compreenderam a importância da continuidade, bem como os adultos. Conversei e expliquei às famílias que parar o trabalho não seria o ideal, a maioria entendeu e migrou para essa nova forma de atendimento. As famílias são e estão sendo peças fundamentais nesse momento.

Combinei com elas de separarem em casa o que tinham de materiais de arte, afinal era o início da Pandemia, tudo fechado... Sugeri: cola, tesoura, papéis brancos, coloridos, revistas, papéis de presente, sobras de embalagens, sucata e criamos o KIT DAS ARTES.

Conversei também sobre a importância da criança ficar num lugar tranquilo e preservado, afinal no *setting* arteterapêutico a sala fica fechada e a criança tem ali o momento seu, só seu, onde ninguém ouve a sessão e nem a interrompe.

Nas primeiras sessões sugeri de os pais ficarem por perto, afinal era tudo novo para nós e o celular deveria ser ligado e conectado no vídeo, isso com as crianças menores.

Como no meu atelier tenho várias almofadas coloridas e a criança no presencial chega e escolhe uma almofada para se sentar e muitas vezes sugere uma cor para mim, sugeri que pensassem nas almofadas e

dissessem em qual cor na imaginação estavam sentando naquele dia. Ela na casa dela na almofada imaginária e eu na minha.

- Tia Lu, eu hoje quero a almofada amarela. - Você pode se sentar na colorida.

Ou

- Tia Lu, que cor você vai escolher?

As almofadas no atelier são o ponto de partida para nossa sessão, aonde pergunto sobre a semana e tudo vai se desenrolando. Quando chegam agitados iniciamos com uma respiração para acalmar, cada um na almofada escolhida.

Foi interessante ter tido a ideia da almofada imaginária, pois algumas crianças na 1ª sessão queriam mostrar sua casa, ou apartamento, seu quarto e demais cômodos. Depois, com o auxílio da almofada, as crianças tiveram uma melhor percepção que era uma sessão "igual" no atelier e que precisávamos nos concentrar para início da sessão.

E as regras? Uso de fone de ouvido? Com os pequenos de 3 anos e meio a 6 anos não foi possível, só com os de 7 anos em diante. Tivemos que nos adaptar e seguir dessa forma.

Os pais e avós, que moram com as crianças, eram quem ligavam os celulares ou o computador, depois foram orientados por mim a se afastarem, irem até mesmo para outro cômodo quando possível, para que os pequenos tivessem sua privacidade ficando assim mais à vontade.

Foi surpreendente perceber como as crianças entenderam a proposta e se adaptaram ao novo modelo de atendimento virtual.

Câmera na mesa, sentados nas almofadas imaginárias e cada dia com uma roupa linda, laço de fita no cabelo, arco, roupa de princesa, meninos com camisetas diferentes...

- Tia Lu, viu meu vestido que lindo? - Viu meu arco? - O meu vestido é de melancia.

Eles se preparavam para a sessão. A família dizia que falavam:

- Vou colocar essa roupa linda, pois a tia Lu vai gostar.

E o mais engraçado é que na entrevista com os pais eu peço o contrário, para irem com uma roupa mais simples, pois trabalhamos com vários materiais e que não quero a criança se preocupando em se sujar, é o contrário literalmente.

No início dos atendimentos falamos sobre o vírus, com vídeos educativos e fomos abordando o tema de forma a não gerar medo e sim a compreensão de não poder sair de casa, não abraçar pessoas na rua, caso tivessem que sair etc., tudo de uma forma "natural".

Na semana que a OMS falou de pararmos os atendimentos, trouxe para minha casa a turma de bonecos do filme Divertidamente que são: Alegria, Tristeza, Nojinho, Medo e o Raiva. Trouxe também o termômetro das emoções, o ALEGRÔMETRO.

Trabalhamos muito com essa turma de bonecos, onde pudemos acessar de forma lúdica os sentimentos e emoções.

A cada semana fui me surpreendendo com os efeitos da Arteterapia *online*.

Foi interessante perceber que várias crianças queriam desenhar os bonecos com os sentimentos em mais de uma sessão, principalmente a Alegria, afinal já eram muitos dias de confinamento e algumas diziam se sentir tristes por não poderem sair de casa, verem seus amigos na escola e familiares.

A Alegria (do Divertidamente) vinha iluminar a sessão e suas vidas, ou melhor, nossas vidas.

Além dos kits de artes usei músicas, vídeos, pesquisando temas do que surgia na sessão, como medo, raiva etc.

E assim as sessões foram ocorrendo, e ainda ocorrem, de forma natural.

A sucata foi um material muito requisitado.

Vejam a garrafinha das emoções onde a criança colocava água e *glitter*, desenhava os personagens do Divertidamente com lápis de cor e com a ajuda da família que pegava fita transparente ou *contact* e plastificava o personagem que ia ficar na água.

A ideia era perceber o sentimento no momento, não só na sessão como durante o dia em suas casas, sacudir a garrafa e olhar o *glitter* caindo no fundo da garrafa e eles (clientes) respirando e voltando à calma, caso estivessem com muita raiva, tristeza ou os outros sentimentos.

Usamos muito a colagem, desenho e dobradura, pois nem todos tinham tinta em casa nem outros materiais.

Cada cliente com seu horário desejando me ver atrás da tela do celular ou computador enchia meu coração de alegria.

Abaixo segue o depoimento de uma mãe sobre o atendimento de Arteterapia *online* com a filha de quatro anos.

> "*Procuramos a Luciana porque nossa filha, com quatro anos, estava com a presença do medo de forma muito limitante. Tinha medo de sair de casa pra tudo, até mesmo de sair pra brincar. Mas ela não falava, apenas dizia que não queria sair e travava, não passava pela porta de casa, ou se passava não conseguíamos chegar ao local desejado*.

ARTETERAPIA
Cores da Vida
Ano 16 - Volume 27 - Edição Especial - 2020

Nossa filha não conseguia expor seus sentimentos e nós como pais não estávamos sabendo conduzir essa situação que só vimos evoluir para a piora.

O trabalho de Arteterapia com a nossa filha começou no mesmo mês que se iniciou o isolamento social, então só tivemos duas sessões presenciais e continuamos com as sessões online.

Logo na primeira sessão a Luciana conseguiu entender o real motivo do medo e por esse caminho ela foi seguindo.

A cada sessão trazendo uma brincadeira, trabalhos manuais, músicas, desenhos, pintura, trabalhando a respiração nos momentos de ansiedade, e sempre levando em conta a vontade da nossa filha também.

Sempre tratando os sentimentos presentes e de uma forma muito sensível e carinhosa ela foi conseguindo trabalhar com a nossa filha.

Durante esses 4 meses é incrível perceber a evolução de nossa filha sobre os sentimentos dela, a forma como ela consegue falar que está triste e não simplesmente só chorar, ou quando ela está com medo ou ansiosa e ela faz uma brincadeira que foi aprendida durante uma sessão ou faz o exercício da respiração por conta própria.

Com certeza o trabalho que a Lu, a Tia Lu das artes, como diz a nossa filha, só nos trouxe gratidão, é como se fosse um abraço ao nosso coração de pais."

O Coronavírus nos colocou vários desafios e de alguma forma estamos conseguindo vencer alguns deles. Quem diria que o mesmo aparelho celular que tanto nós profissionais, pais e educadores pedíamos para eles evitarem usar por muito tempo, seria nosso grande aliado nesse momento. A tecnologia a nosso favor.

O que posso relatar é que o atendimento arteterapêutico *online* é eficaz e possível de ser realizado sim. Caso não tivéssemos esse recurso os clientes ficariam desassistidos por todos esses meses e ainda não sabemos por mais quantos meses serão necessários.

ARTETERAPIA
Cores da Vida
Ano 16 - Volume 27 - Edição Especial - 2020

Minha sala está fechadinha lá a nossa espera, isso me deixa triste e com saudades, mas a possibilidade do atendimento *online* e os resultados positivos obtidos confortam meu coração e me motivam a continuar com o mesmo amor, entusiasmo e dedicação de sempre.

Luciana Machado – RJ

ARTETERAPIA
Cores da Vida
Ano 16 - Volume 27 - Edição Especial - 2020

ARTIGOS DE REFLEXÃO

10 – ATENDIMENTO ON-LINE EM ARTETERAPIA: RESSIGNIFICANDO O AJUSTAMENTO CRIATIVO

Vinícius Andrade de Souza[19]

Resumo: Este artigo apresenta uma reflexão acerca da inserção do atendimento on-line em Arteterapia pela União Brasileira das Associações de Arteterapia, em caráter extraordinário, durante a pandemia do COVID19. Considera como problema os impasses e desconfortos oriundos da fase de adaptação vivenciada pelos arteterapeutas diante do imperativo do atendimento mediado pelas Tecnologias da informação e da Comunicação. Tem como objetivo principal avaliar a introdução desta modalidade de atendimento à luz da teoria dos processos criativos, com vistas à sustentação da prática, por parte dos arteterapeutas. O método utilizado foi o dedutivo, de natureza qualitativa, de caráter exploratório e bibliográfico. O resultado da pesquisa aponta para o ajustamento criativo da prática, para a aquisição de novas habilidades por parte dos arteterapeutas e para benefícios voltados à acessibilidade e adaptação do tratamento.
Palavras-chave: Arteterapia; Criatividade; Serviços On-Line.

On-line attendance in Art therapy: resignifying creative adjustment

Abstract: This article presents a reflection on the insertion of online care in Art Therapy by the Brazilian Union of Art Therapy Associations, on an extraordinary basis, during the COVID pandemic19. It considers as a problem the impasses and discomforts arising from the adaptation phase experienced by art therapists in the face of the imperative of service mediated by Information and Communication Technologies. Its main objective is to evaluate the introduction of this type of service in the light of the theory of creative processes, with a view to sustaining the practice, on the part of art therapists. The method used was the deductive, qualitative, exploratory and bibliographic in nature. The result of the research points to the creative adjustment of the practice, to the acquisition of new skills by the art therapists and to benefits aimed at accessibility and adaptation of the treatment.
Keywords: Art Therapy; Creativity; Online Services.

Asistencia en línea en Arteterapia: renovación del ajuste creativo

Resumen: Este artículo presenta una reflexión sobre la inserción de la atención en línea en Art Therapy por la Unión Brasileña de Asociaciones de Arteterapia, de manera extraordinaria, durante la pandemia de COVID19. Considera como un problema los impases y las molestias derivadas de la fase de adaptación que experimentan los terapeutas artísticos ante el imperativo del servicio mediado por las Tecnologías de la Información y la Comunicación. Su objetivo principal es evaluar la introducción de este tipo de servicio a la luz de la teoría de los procesos creativos, con miras a mantener la práctica, por parte de los terapeutas del arte. El método utilizado fue de naturaleza deductiva, cualitativa, exploratoria y bibliográfica. El resultado de la investigación apunta al ajuste creativo de la práctica, a la adquisición de nuevas habilidades por parte de los terapeutas artísticos y a los beneficios destinados a la accesibilidad y la adaptación del tratamiento.
Palavras-clave: Arteterapia, Creatividad, Servicios en línea.

Introdução

[19]Graduado em Psicologia pela Universidade do Estado da Bahia; Pós-graduado em Arteterapia Junguiana pelo Instituto Junguiano da Bahia; Presidente em exercício da Associação Baiana de Arteterapia; Docente do curso de pós-graduação em Teoria Analítica de Carl Gustav Jung na universidade Federal da Bahia; Monitor de supervisão em Arteterapia no Instituto Junguiano da Bahia

ARTETERAPIA
Cores da Vida
Ano 16 - Volume 27 - Edição Especial - 2020

A Arte está presente na vida do ser humano desde tempos imemoriais. Desde o século XIX, ganhou destaque o seu potencial terapêutico, sobretudo no campo médico. Desde então inúmeras transformações aconteceram até chegarmos no que hoje entendemos como Arteterapia, uma prática terapêutica que pressupõe o uso da expressão artística como forma de comunicação da subjetividade, em vistas ao desenvolvimento humano.

Com o advento, no final do ano de 2019 e início do ano de 2020, da crise mundial provocada pela pandemia do COVID19, a ameaça de contaminação biológica obrigou a humanidade a reconfigurar a sua forma de ser e estar no mundo. Um imperativo de mudança fomentado pelas medidas de isolamento social adotadas em vários países e que reflete diretamente na concepção desenvolvida até então da prática de Arteterapia.

No Brasil, orientados por um documento emitido pela União Brasileira das Associações em Arteterapia – UBAAT, os arteterapeutas se defrontam com a adaptação de seus atendimentos e demais projetos para a modalidade on-line, utilizando-se na maioria das vezes, de alguma das Tecnologias de Informação e Comunicação – as TIC's.

Esse artigo de reflexão tem por objetivo trazer algumas reflexões acerca do momento inicial de adaptação da prática da Arteterapia à modalidade on-line a partir das experiências vividas enquanto arteterapeuta e, sobretudo, lidando com a gestão da Associação Baiana de Arteterapia – ASBART, através das práticas de formação continuada e orientação dos associados quanto à nova modalidade de atendimento.

1. Arteterapia e potencial criativo

A criatividade ou função criativa é uma das premissas mais importantes da Arteterapia. Todo o processo arteterapêutico, seja ele de caráter individual ou grupal, realizado em um *setting*, em um espaço institucional ou mesmo ao ar livre, de cunho clínico ou não, passará, necessariamente pelo ato criativo.

Etimologicamente a palavra criatividade vem do latim *"creare"* e está ligada ao ato de criar, formar ou produzir. Trata-se de uma palavra fortemente presente no discurso do senso comum, geralmente ligada a uma habilidade artística ou a um talento para a inventividade. No campo da Arteterapia, é utilizada para designar a capacidade que o indivíduo possui de criação ou ajustamento, diante de um conflito ou adversidade. Um processo de natureza interna que se espera ver refletido na lida com os suportes materiais oferecidos em suas práticas.

Jung (2009) ao produzir um escrito sobre a arte revela sua compreensão da criatividade como um traço essencial no indivíduo, uma aspiração inata que se desenvolve internamente ao ser humano e se alimenta do contato com sua alma. A arteterapeuta Duchastel (2010) ao descrever o processo de Arteterapia chega a uma compreensão próxima a de Jung e discorre ainda sobre o desenvolvimento e bloqueio da função criativa no indivíduo.

Lopes (2014) ao abordar as práticas de intervenção arteterapêuticas, situa a criatividade como um instrumento de superação e aproxima a noção de desenvolvimento do potencial criativo, com a do próprio desenvolvimento integral do ser humano:

> (…) a existência de uma relação entre criatividade, desenvolvimento pessoal, atualização de potenciais, ajustamento emocional, autorrealização e integração ao meio. O potencial criativo é inerente ao homem e está presente no processo evolutivo da raça humana. É possível afirmar que ele seja uma ferramenta natural de adaptação ao meio, superação de dificuldades externas e desequilíbrios internos (2014, p.29).

Reside justamente nesse ponto – o do desenvolvimento ou desbloqueio de um potencial criativo no indivíduo – tanto a centralidade e importância desse construto para a Arteterapia, quanto a validação de suas teorias e técnicas, uma vez que ambos apontam o ato criativo como ferramenta que funda e baseia sua identidade.

Quando se considera a criatividade enquanto processo da Arteterapia, consideram-se algumas etapas mais ou menos delineadas e exploradas por seus autores. Maciel e Carneiro (2012), por exemplo, partem tanto dos aspectos objetivos e como dos subjetivos da criação e descrevem essas etapas a partir da sua forma: (in)formação, (em) formação e (trans)formação.

A informação e a transformação, como processos que precedem e sucedem, respectivamente o "dar forma", são as bases que, de um lado alimentam e dão significado ao ato criativo e de outro propiciam a possibilidade de mudança e desenvolvimento do potencial criativo. Não obstante, ambas existem em torno de uma centralidade que é a etapa "em formação", marcada, na maioria das vezes, por uma materialização da forma. A partir da expressão artística se materializa aquilo que existe, até então, como realidade subjetiva.

Embora, como aponte Lopes (2014), o ato criativo possa se desenvolver apenas de maneira interna, sem a necessidade de uma produção concreta, percebe-se que essa materialidade da criação ocupa um lugar de destaque que identifica a Arteterapia enquanto prática, diferenciando-a de outras modalidades terapêuticas. Sobre este aspecto a arteterapeuta Philippini explica:

ARTETERAPIA
Cores da Vida
Ano 16 - Volume 27 - Edição Especial - 2020

> Cada vez que um símbolo é produzido no processo terapêutico, seus significados inconscientes demandam propostas de atividades criativas para desvelá-los. O percurso e os caminhos da criatividade em torno de uma imagem, em busca de seus significados ocultos (circum-ambular), requerem a combinação de atenção global e da disponibilidade de utilizar múltiplas modalidades expressivas, reconhecendo suas indicações terapêuticas (2019, p.17).

O arteterapeuta pensa o ato criativo, escolhe a técnica que julga adequada, planeja sua execução, sugere os materiais favoráveis e acompanha seu cliente, como uma espécie de guardião do ato criativo ou como sugere Pain (1996), sempre como testemunha de uma jornada e observando os seus aspetos objetivos e subjetivos.

Assim, a prática da Arteterapia consolidou-se, de modo histórico, por certa materialidade: em primeiro lugar pela materialidade da produção em si e em segundo pela materialidade da relação, revelada no encontro através do toque, da expressão, do olhar presente no e ao ato criativo, do acolhimento, do não julgamento, dos ajustamentos criativos demandados.

2. O atendimento on-line e o ajustamento criativo

A obrigatoriedade do atendimento on-line para a maioria das práticas em Arteterapia, trouxe aos profissionais algumas questões que culminaram num confronto com sua persona de guardião/testemunha e com seus conteúdos sombrios – aqueles negados e não assimilados na formação de sua identidade.

Um dos maiores entraves apontados pelos arteterapeutas no processo de instrução do atendimento on-line pela ASBART consistiu na própria utilização das TIC's como plataforma ou veículo de contato cliente/arteterapeuta. Parte deste desconforto se refere ao *know-how* demandado em sua utilização, e parte baseia-se numa visão pejorativa das redes no que tange às relações interpessoais e a materialidade dos processos arteterapêuticos.

Não se trata aqui de uma visão construída exclusivamente pelos arteterapeutas, mas assimilada por eles, bem como por outros atores sociais. Sabemos que, historicamente, a relação do homem com as TIC's, sempre foi olhada com desconfiança e resistência, até mesmo entre pesquisadores no campo acadêmico, como aponta Turkle (2011), ao citar o questionamento sempre recorrente de seus efeitos na sociedade, principalmente no aspecto das relações interpessoais e do impacto dessas ferramentas sobre o desenvolvimento humano.

Um fenômeno relativamente comum e já estudado por diversos teóricos, como Kastrup, que, ao estudar a relação homem/tecnologia há duas décadas atrás, pontua:

> Quando ocorre a adição de uma nova tecnologia, os usuários são palco dos mais variados sentimentos: impotência, medo, bloqueio, rejeição, resistência, repulsa. Sentem-se confusos, amedrontados, despreparados. Os computadores revelam-se estranhos, incompreensíveis, incômodos. Toda uma fenomenologia sentimental mostra como um novo objeto técnico pode funcionar como um obstáculo pelas dificuldades de manejo que ele gera (2000, p.40).

Essa fenomenologia sentimental apontada por Kastrup, atualizou-se no momento de adaptação da Arteterapia ao atendimento on-line e revelou-se em sentimentos e comportamentos que transitaram entre a resistência, o medo e a negação, tanto na ideia de oferecer seus serviços por esta plataforma, quanto pela ideia de receber formação continuada através da mesma.

Configurou-se uma espécie de berlinda, cujo centro aparentemente estava ocupado pelas TIC's. Seriam elas capazes de sustentar a prática arteterapêutica? Mas logo se percebeu que no centro da berlinda, em realidade, estavam a Arteterapia e os arteterapeutas e que a pergunta mais assertiva era: seriam os arteterapeutas capazes de sustentar sua prática por meio das TIC's? Podemos entender esse momento como um momento de ajustamento criativo da própria Arteterapia, levando-a a (re)criar-se e (re)ajustar-se de modo possível diante de um conflito.

Nesse ponto foi possível a ressignificação das ideias de materialidade (marca da persona da Arteterapia) e de virtualidade (marca da persona das TIC's). Enxergou-se que ambas são polos de um mesmo aspecto e que podem coexistir de modo criativo, como já havia sido pensado e proposto por Levy (1999) ao aproximar o conceito de virtualidade das TIC's, do sentido filosófico da virtualidade.

> Na acepção filosófica, é virtual aquilo que existe apenas em potência e não em ato, o campo de forças e de problemas que tende a resolver-se em uma atualização. O virtual encontra-se antes da concretização efetiva ou forma (a árvore está virtualmente presente no grão). No sentido filosófico, o virtual é obviamente uma dimensão muito importante da realidade (1999, p.47).

Sob esta óptica, as imagens, os sons, os textos e as músicas, transitam, entre duas formas de existir: apresentam-se como possibilidade em seu caráter virtual uma vez guardadas na memória do smartphone, por exemplo, e ganham a materialidade quando expressadas em sua tela, quando impressas ou mesmo em outros suportes tecnológicos. Levy nos sinaliza que ambos são modos reais de existência, mesmo que em naturezas distintas.

Entre a angústia do novo e a possibilidade de manutenção do vínculo afetivo com seus clientes, mesmo que já não mais da maneira idealizada anteriormente, os arteterapeutas se aproximaram das TIC's e perceberam que os dispositivos tecnológicos poderiam estimular transformações criativas, na medida em que sustentavam a possibilidade de comunicação, de interação e de afeto. Neste sentido, e considerando-se as ideias desenvolvidas por Levy (1999) o fenômeno tecnológico pode ser compreendido como o próprio ato criativo, uma vez que corrobora para o ajustamento e resolução de conflitos e problemas do arteterapeuta impossibilitado de contato físico em meio a pandemia.

3. (Re)Criando a Arteterapia

Adentrando um pouco mais no caráter material desse ajustamento criativo da Arteterapia, faz-se importante tecer algumas considerações a seu respeito. Em primeiro lugar, o fato que ele é impulsionado por uma crise. Um mecanismo bem conhecido no campo psicológico, denominado de metanoia e definido por Sharp (1990) como uma crise que força o indivíduo a assimilar um novo modo de consciência, encontrando significado em algo que antes provocaria sofrimento esvaziado de sentido.

Esse processo da metanoia ocorre, de acordo com o autor em ressonância ao processo de desenvolvimento, o que significa dizer que o ser estaria preparado para avançar a esta etapa. Paralelamente, entendemos que a Arteterapia, em seu processo de amadurecimento é convidada a adquirir nova consciência e ressignificar sua forma de ser e estar no mundo.

Em segundo lugar, é de fundamental importância que esse processo de desenvolvimento se estabeleça de maneira orgânica e cuidadosa, respeitando-se as diferenças socioculturais, ao mesmo tempo em que se considera a unidade que a compõe e estrutura, expressa através da UBAAT e de suas associações regionais.

Um terceiro ponto está nos ajustamentos criativos que são demandados a cada arteterapeuta que adere ao atendimento on-line. Pronunciadamente, podemos pensar em alguns: o preenchimento do cadastro de atendimento on-line a ser realizado junto a sua associação regional, como determinado pela UBAAT; a escolha entre a modalidade sincrônica e assincrônica; a aderência a uma plataforma que respeite as exigências mínimas de segurança digital; o zelo pela privacidade durante as sessões; a criação de um setting terapêutico adequado, tanto por parte do arteterapeuta, quanto para o cliente; a adaptabilidade dos materiais a serem utilizados durante as produções; o manejo de situações adversas como a queda da rede de internet, por exemplo; atualização permanente e supervisão.

O quarto aspecto está nos ganhos que o atendimento on-line trouxe à Arteterapia, alguns serão percebidos em longo prazo e outros já se revelam, como aqueles referentes à acessibilidade: clientes que residem em cidades que não possuem arteterapeutas formados, podem ser beneficiados com esse tratamento. Brasileiros que residem em outros países e desejam ser acompanhados por um profissional de seu país de origem encontram uma solução no atendimento on-line.

Em quinto lugar é preciso explorar, ainda, o fato de que nem todos os arteterapeutas se sentirão confortáveis com essa nova modalidade de atendimento. Alguns pela resistência, mas outros pela não identificação com as suas particularidades. Reconhecer e aceitar esse movimento é essencial nesse processo de ajustamento criativo.

Por fim, assim como em todo e qualquer processo de ajustamento criativo, o autocuidado deve ocupar um lugar importante para o arteterapeuta. É muito provável que dúvidas, incertezas, inseguranças, medos, exaustões venham a rebote nesse processo. Alimentar as práticas que trazem conexão consigo mesmo, que alimentem vínculos afetivos com os seus, cuidar da sua própria psique, seja na dimensão corporal ou na dimensão subjetiva.

Considerações Finais

A Arteterapia caracteriza-se como uma prática que tem como um de seus pilares a criatividade, entendida como capacidade de ajustamento e criação de soluções possíveis diante de um conflito. Em sua prática, espera-se que esse construto seja refletido na materialidade das criações e no confronto com as mesmas.

Esse aspecto material, o “dar forma” sempre recebeu lugar de destaque em suas práticas, não obstante as outras etapas do processo criativo.

A impossibilidade de contato físico provocado pela crise mundial da pandemia do coronavírus trouxe desconforto e questionamentos à Arteterapia, que, por sua vez, viu-se obrigada a acionar seu próprio potencial criativo e ressignificar suas práticas diante do novo cenário vivido.

As TIC's, na medida em que foram aceitas e integradas, revelaram sua importância na manutenção do processo terapêutico e do contato afetivo em um momento de impossibilidade do contato físico. Ampliaram ainda

a acessibilidade e as possibilidades de desenvolvimentos de projetos e negócios em Arteterapia. Por outro lado, exigiram novas habilidades dos profissionais arteterapeutas, tanto aquelas objetivas, ligadas, sobretudo ao manejo das TIC's, ao estudo e pesquisa de formas de adaptação de vivências e técnicas, como aquelas de natureza subjetiva, que exigem o confronto com seus aspectos sombrios, revelados na forma de resistências e projeções.

Por fim tivemos a oportunidade de comprovar o que pensava a psiquiatra brasileira e precursora da Arteterapia Dra. Nise da Silveira, ao propor que a cura está ligada ao contado afetivo de uma pessoa com outra pessoa e não simplesmente a uma técnica, material ou plataforma.

Referências

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

JUNG, C. G. **O espírito na arte e na ciência**. Petrópolis, RJ: Vozes, 2009.

KASTRUP, V. **Novas tecnologias cognitivas: o obstáculo e a invenção**. In: PELLANDA, Nize M. C. Pellenda. Eduardo C. Ciberespaço: Um Hipertexto com Pierre Lévy. Porto Alegre: Artes e Ofício, 2000.

LÉVY, P. **Cibercultura**. São Paulo: Ed. 34, 1999.

LOPES, C. **Práticas criativas de Arteterapia como intervenção na depressão: memórias da pele**. Petrópolis, RJ: Vozes, 2014.

MACIEL, C.; CARNEIRO, C. **Diálogos criativos entre a Arteterapia e a Psicologia Junguiana**. Rio de Janeiro: Wak, 2012.

PAÏN, S. JARREAU, G. **Teoria e técnica da arte-terapia: a compreensão do sujeito**. Porto Alegre: Artes Médicas, 1996.

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

SHARP, D. **Ensaios de sobrevivência: anatomia de uma crise de meia-idade.** São Paulo: Cultrix, 1990.

TURKLE, S. **Alone Together: Why We Expect More from Technology and Less from Each Other.** New York: Basic Books, 2011.

ARTETERAPIA
Cores da Vida
Ano 16 - Volume 27 - Edição Especial - 2020

11 – O ETC COMO POSSIBILIDADE DE TRABALHO EM DIFERENTES ABORDAGENS

Marina Coppola Bento[20]
Irene Gaeta[21]

Resumo: Este artigo teve como objetivo trazer uma proposta teórica acerca do planejamento de uma sessão de Arteterapia. Baseando-se no ETC (*Continuum* das Terapias Expressivas) propõe pensar nos três níveis do *continuum* como três diferentes momentos em terapia: inicialmente entrar em contato com o corpo (nível sensório/motor), a expressão pela Arteterapia (perceptivo/afetivo) para, enfim, levar à consciência seus conteúdos por meio da nomeação verbal e a compreensão dos símbolos (cognitivo/simbólico). Considerando que nos manifestamos de múltiplas formas, assim, o terapeuta poderá auxiliar a expressão completa do sujeito, possibilitando o existir em sua totalidade.

Palavras-chave: ETC; terapia corporal; Arteterapia.

The ETC as possibility of work in different approaches

Abstract: This article aimed to bring a theoretical proposal about the planning of a therapy session. Based on the ETC (Expressive Therapies *Continuum*) it proposes to think of the three levels of the continuum as three different moments in therapy: initially coming into contact with body (sensory/motor level), expression through art therapy (perceptive/affective) for, finally, to bring its contents to consciousness through verbal naming and finally understanding the symbols (cognitive/symbolic). Considering that we manifest in multiple ways, thus, the therapist will be able to help the client's complete expression, making it possible to exist in its entirety.

Keywords: ETC; somatic psychotherapy; art therapy.

El ETC como posibilidad de trabajo en diferentes enfoques

Resumen: Este artículo tuvo el objetivo de traer una propuesta teórica sobre el planeo de sesiones terapéuticas. Basándose en la teoría del ETC (Continuum de las Terapias Expresivas), que propone pensar el continuum en tres momentos en la sesión terapéutica: en el contacto del cuerpo (sensorial/motora), expresión por la Arteterapia (perceptivo/afectivo) y, para entonces traer todo el contenido inconsciente para su consciencia por medio de palabras (cognitivo/simbólica). Considerando que nosotros manifestamos en muchas maneras, el terapeuta podrá ayudar sus clientes en la completud de sus expresiones, haciendo que existan en su totalidad.

Palavras-clave: ETC, terapia corporal, terapia artística.

O ETC como possibilidade de trabalho em diferentes abordagens

Estamos vivendo um momento muito complexo sem precedentes jamais vividos, uma pandemia em escala global. Todos estão confinados e vivendo em quarentena, buscando uma proteção contra o coronavírus. Coronavírus é uma família de vírus que causam infecções respiratórias. Foi inicialmente identificado em meados da década de 1960, e o novo agente do coronavírus (nCoV-2019) foi descoberto em 31/12/19 após casos

[20] Psicóloga formada pela PUC-SP, especializanda de Arteterapia no Instituto Sedes Sapientiae. Rua Tagipuru, 185, casa 4, VIla Ângela, Barra Funda, São Paulo/SP. CEP: 01156-00. Telefone: (11) 99993-2510. E-mail: coppolabento.marina@gmail.com
[21] Psicóloga, Professora de Psicologia da PUC-SP, Doutora em Psicologia, Analista Didata pelo IJUSP/AJB/IAAP. Coordenadora do Departamento de Arte e Psicologia AJB. Rua Cândido Espinheira, 655, Perdizes, São Paulo - SP. CEP: 05004-000. Telefone: (11) 95078-1200. E-mail: estudosjunguianos.irenegaeta@gmail.com. Site: www.estudosjunguianos.com.br

registrados na China. Em momentos como esses novos arquétipos se manifestam, e nesse caso o arquétipo da morte se destaca. Deparamos-nos com a nossa finitude e, do ponto de vista simbólico, ao acessar o arquétipo da morte somos convidados a mudar e transformar nossas vidas.

Ao transformar nossas vidas devido ao isolamento necessário desta pandemia, fazemos algo semelhante à natureza: assim como o desequilíbrio da natureza trouxe o coronavírus, neste momento esgotamos nossa natureza e recursos internos buscando equilíbrio. Solitários em casa entramos em contato com o inconsciente e seus conteúdos, sejam nos sonhos ou nos diversos tipos de sentimentos que experimentamos. Dentro deste cenário a Arteterapia tem seu papel fundamental: Dar voz à alma.

A pandemia da COVID-19 escancarou uma situação que nos era natural: vivemos, cada vez mais no mundo das imagens, no virtual, em distanciamento com os outros e com nós mesmos. Passamos a utilizar basicamente dois dos nossos sentidos: audição e visão. Os outros sentidos se tornaram aprisionados, pois ao viver na internet somos privados de nossa experiência total, ficando limitados principalmente à mente.

Ainda assim, integrar mente e corpo sempre foi um desafio para a humanidade. Podemos traçar o dualismo mente-corpo em Platão (427-347 a.C.), no dualismo judaico-cristão entre pecado (carne) e divino (espírito), em Descartes (1596-1650) na cisão entre matéria pensante e matéria expandida, nos Racionalistas do século XVII que sustentavam a primazia da razão sobre a experiência física e posteriormente no Iluminismo, com a razão filosófica acima de tudo entre outros (MCNEELY, 1994, p.15-16).

Dentro da psicologia há uma incrível diversidade de linhas teóricas e práticas de trabalho, as quais, conforme o perfil do profissional e do paciente, podemos escolher trabalhar. Porém, observa-se ainda a predominância do trabalho de terapias verbais nesse processo, ainda mais no contexto online.

Quando se fala em Arteterapia, uma ferramenta de sua compreensão é o ETC (*Continuum*[22] das Terapias Expressivas). Por meio desse modelo compreende-se os subsistemas sensibilizados na expressão artística do cliente pelo qual acessa seus conteúdos internos e gera *insights*. O objetivo deste trabalho é apresentar a teoria do *Continuum* como possibilidade para planejamento de sessões, de forma a contemplar a integralidade do sujeito por meio do corpo, arte e verbal. Considerando o momento de pandemia é um convite a utilizar todos os sentidos, para além do visual e auditivo do contexto virtual.

O *Continuum* das Terapias Expressivas

O *Continuum* das Terapias Expressivas (ETC) é um método de trabalho apresentado em artigo seminal por Kagin e Lusebrink em 1978, que visa contemplar as diferentes formas de interação humana em suas modalidades básicas de expressão. Esse trabalho foi elaborado conforme a experiência profissional e acadêmica das autoras na Universidade de Louisville, tendo papel fundamental na fundamentação teórica da Arteterapia.

As autoras são arteterapeutas de referências nos EUA, membras da AATA[23], fundada em 1969. Nos anos seguintes, ambas esforçaram-se em explorar esse modelo por diferentes abordagens. Lusebrink apresentou, em 1990, seu livro "*Imagery and Visual Expression in Therapy"* tratando sobre o trabalho do arteterapeuta, em 2004 publicou o artigo "*Art Therapy and the Brain: an attempt to understand the underlying processes of art expression in therapy*" onde discute Arteterapia e neurociência e em 2010 publicou um artigo relacionando Arteterapia e psicopatologia. Já Kagin (posteriormente Dr. Graves-Alcorn) publicou em 2017, junto de Christa Kagin, o livro *"Implementing the Expressive Therapies Continuum"*, onde discutem como implementar o ETC na clínica psicológica.

No Brasil, pode-se considerar Selma Ciornai como pioneira da Arteterapia, tendo sido também fundadora do curso de Arteterapia no Instituto Sedes Sapientiae em 1989. Dela, é possível observar as bases que teve na teoria americana principalmente por sua ligação com Janie Rhyne e Vija Lusebrink.

O *Continuum* das Terapias Expressivas (ETC) trata-se de um *continuum* por considerar uma evolução nas ações do indivíduo, que transita por quatro niveis: Motor/Sensorial (*K/S)*, Perceptivo/Afetivo *(P/A)*, Cognitivo/Simbólico *(C/Sy)* e o nível Criativo (*CR*), que perpassa e une todos os outros. Para suas autoras o ETC é um modelo proposto na tentativa de examinar a interação entre diferentes níveis de experiência e expressão humana, buscando descrever a sequência contínua dessas experiências.

---

[22] Podemos definir um *continuum* como um conjunto de elementos que não podem ser separados, algo contínuo.

[23] Associação Americana de Arteterapia.

ARTETERAPIA
Cores da Vida
Ano 16 - Volume 27 - Edição Especial - 2020

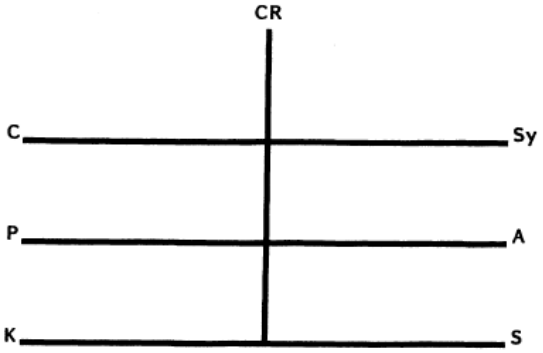


Fig.1 - Modelo conceitual do ETC (LUSEBRINK, 1990, p.92).

Kagin e Lusebrink (1978) defendem que a Arteterapia por si só contempla o modelo apresentado, onde pelo uso de diferentes materiais de expressão diferentes subníveis do modelo são ativados, tratando-se então de um *continuum* por entender que, quando não há um bloqueio, o sujeito transita entre os subníveis livremente.

A seguir este trabalho buscará mostrar a possibilidade de se unir diferentes abordagens de trabalho para cada nível do modelo, destacando, ainda, o papel fundamental da Arteterapia nesse processo.

Motor/Sensorial (K/S) e as Terapias Corporais

É o nível que foca principalmente na liberação de energia através de ações ou pelo movimento corporal. Nesse nível o meio de expressão é parte passiva da interação entre o indivíduo e seus materiais, sendo um momento de liberação de energia e possíveis tensões. Quando a energia psíquica é liberada existem infinitas alternativas em como usá-la ou aproveitá-la. O indivíduo deve estar consciente (*aware*) de sua própria energia potencial, livre de quaisquer respostas limitadoras (KAGIN; LUSEBRINK, 1978).

Em "Mulheres que Correm com os Lobos" Clarissa Pinkola Estés diz sobre o corpo:

> "A sua finalidade é a de proteger, conter, apoiar e atiçar o espírito e a alma em seu interior, a de ser um repositório para as recordações, a de nos encher de sensações - ou seja, o supremo alimento da psique. É a de nos elevar, nos impulsionar, de nos impregnar de sensações para provar que existimos, que estamos aqui, para nos dar uma ligação com a terra, para nos dar volume, peso. É errado pensar no corpo como um lugar que abandonamos para alçar voo até o espírito. O corpo é o detonador dessas experiências" (p.237 - destaque das autoras).

Ramos (1994) descreve em "A Psique do Corpo" a trajetória do desenvolvimento do processo simbólico iniciando-se pelo bebê, que pela falta de linguagem verbal, responde corporalmente aos estímulos. Posteriormente é na relação mãe-bebê onde pelo outro, suficientemente bom, ocorre a progressiva diferenciação entre seus corpos, complementando-se em equilíbrio ao desenvolvimento da comunicação simbólica real. Assim, segundo a autora, "a diferenciação psique-corpo vai se firmando e a diferenciação mãe-criança dá a base para a formação da função transcendente" (p.45).

A função transcendente, por sua vez, faz parte da teoria apresentada por Jung. No livro "A Natureza da Psique" (1960) explica que inconsciente é aquilo que é desconhecido à consciência, daquilo que nos afeta imediatamente. Ambos possuem um caráter complementar, havendo um pouco de cada um no outro. A função transcendente, desse modo, seria a capacidade de tornar consciente os aspectos inconscientes sem que haja perdas, ocorrendo a união esses conteúdos.

Assim, podemos compreender que o símbolo - como produção psíquica - origina-se do corpo. Farah (2008) se remete a Jung (1989:8) ao dizer que o dinamismo psíquico seria "um dado complexo formado primeiramente por uma percepção geral do nosso corpo e existência e, a seguir, pelos registros de nossa memória" (p.65). Esclarece também que "nossa pele, bem como nosso sistema central, desenvolvem-se a partir da mesma camada embrionária: a ectoderme" (p. 69), tendo como base para isso Sándor (1982), Penna (1979) e Montagu (1986).

Como exemplo, a Integração Psicofísica é uma linha de trabalho dentro da psicologia que se baseia principalmente nos trabalhos de Pethö Sándor (1916-1992) e Wilhem Reich (1897-1957). Contribuem a pensar no papel corporal nos processos sensoriais - na necessidade de viver nosso corpo. Por meio dos sentidos captamos sinais além dos visuais, o que abre espaço também para o trabalho em Arteterapia como na música, dança, olfato, entre outros. Aqui cabe a importância de poder sentir, estar presente e de ter uma intenção no contato. A via motora e sensorial é uma via fundamental, sendo o contato consigo mesmo profundamente necessário.

ARTETERAPIA
Cores da Vida
Ano 16 - Volume 27 - Edição Especial - 2020

Assim, trabalhos como o da Calatonia, relaxamentos corporais, exercícios de imaginação guiada, exercícios de descompressão, equilíbrio, respiração, danças… contribuem para a conexão do sujeito com seu próprio corpo, possibilitando assim a criação de imagens e símbolos.

Gaeta (ARCURI, 2004) propõe como trabalho as técnicas expressivas coligadas ao trabalho corporal, onde em seu doutorado une o trabalho da calatonia com o uso de técnicas expressivas (recursos artísticos realizados após o trabalho corporal, podendo se dar por esculturas, pinturas, mandalas…).

Para Gaeta, com isso

> "... o corpo torna-se um instrumento importante na aquisição dessa visão unificadora, quando pode haver um diálogo entre consciente e inconsciente… Os trabalhos corporais, as técnicas expressivas funcionam tanto para oferecer ao corpo alguns estímulos, quanto para desbloquear e permitir que ele se expresse livremente" (2004, p.97).

Perceptivo/Afetivo (P/A) e a Arteterapia

A União Brasileira de Associações de Arteterapia (UBAAT, 2020) define Arteterapia como:

> "... o uso da arte como base de um processo terapêutico, propicia resultados em um breve espaço de tempo. Visa estimular o crescimento interior, abrir novos horizontes e ampliar a consciência do indivíduo sobre si e sobre sua existência. Utiliza a expressão simbólica, de forma espontânea, sem preocupar-se com a estética, através de modalidades expressivas como: pintura; modelagem; colagem; desenho; tecelagem; expressão corporal; sons; músicas; criação de personagens, dentre outras, mas utiliza fundamentalmente as artes visuais… A Arteterapia tem também o objetivo de facilitar a resolução de conflitos interiores e o desenvolvimento da personalidade".

A Arteterapia, por meio de diferentes formas de expressão, age como terra fértil para indivíduos desenvolverem para o desenvolvimento de conflitos e compreensão de si, de maneira singular a cada sujeito.

Kagin e Lusebrink (1978) descrevem que o nível Perceptivo/Afetivo lida com as percepções criadas e os afetos provocados no indivíduo através da interação corporal com o meio e da percepção do que é artisticamente criado. Podemos relacionar à Arteterapia no sentido de que, no uso da arte como principal ferramenta terapêutica, trabalha-se com as percepções e afetos daquilo que é criado e manifesto. Permitindo diálogos mais profundos com os conteúdos, antes corporais, que emergem nesse processo, muitas vezes carregados de afetos e vivências difíceis. Através do diálogo com a arte é possível manifestar conteúdos que antes se encontravam congelados, presos em si mesmo.

Em "A Natureza da Psique" Jung (1960), em relação ao trabalho artístico diz:

> "Pode-se expressar o distúrbio emocional, não intelectualmente, mas conferindo-lhe uma forma visível. Os pacientes que tenham talento para a pintura ou o desenho podem expressar seus afetos por meio de imagens. Importa menos uma descrição tecnicamente ou esteticamente satisfatória, do que deixar campo livre à fantasia, e que tudo se faça ao melhor modo possível. (...) Aqui também se tem um produto que foi influenciado tanto pela consciência como pelo inconsciente, produto que corporifica o anseio de luz, por parte do inconsciente, e de substância, por parte da consciência" (parágrafo 168 - recorte das autoras).

A progressão de sentir e liberar a energia corporal pode levar ao nível Perceptivo/Afetivo, onde perceber o que é criado e os afetos provocados desse perceber possibilitam *gestalts*. *Gestalt*, em alemão, significa justamente forma. Nesse sentido, poder dar forma a aquilo que é sentido (pensando no *continuum,* sentido antes no e pelo corpo) possibilita dar forma a sensações, emoções e principalmente à energia que antes se mostrava dispersa. Assim, a evolução da liberação de energia e da presença corporal, que criam forma à energia do indivíduo, e ao ser percebia geram afetos - emoções no próprio corpo.

ARTETERAPIA
Cores da Vida
Ano 16 - Volume 27 - Edição Especial - 2020

O trabalho em Arteterapia pode ser estruturado (dirigido pelo terapeuta) ou não, permitindo que o cliente escolha intuitivamente o material que lhe possibilitará a cura (ou, ainda, a repetição de seus conflitos). Assim se identificam o uso de materiais mais resistentes ou fluidos, conforme o momento do cliente.

Na produção artística destacam-se elementos como linha, forma, textura, detalhes, tamanho, direcionalidade, cor, espacialidade (bidimensional, tridimensional…) entre outros, como forma de concretizar diferentes estilos expressivos. Mas, mais do que "o quê" se faz, espera-se que seja observado o "como" se faz: quais são os obstáculos e facilidades que o sujeito apresenta no processo e como as percebe em seu fazer.

Por fim, é conhecida a importância do *feedback* visual das imagens concretas no registro permanente de imagens (LUSEBRINK, 1990). A arte possui a capacidade de criar ordem no caos, dando imagem ou sentimento à forma. Ocorre, assim, um diálogo entre realidades interna e externa. "Há uma mobilização de emoção porque não é um "falar sobre", mas viver o conflito. Vivenciar o conteúdo facilita a compreensão, o reconhecimento e a tomada de posse; portanto, a possibilidade de transformação" (NOGUEIRA, 2004, p.219).

Sobre a missão do terapeuta nesse nível Kagin e Lusebrink (1978) concluem que é o de trabalhar através de bloqueios afetivos ou através das distorções estéticas do sujeito. O atravessamento disso pode ser alcançado por focar a atenção individual nos aspectos afetivos do meio expressivo assim como sua textura em um nível sensorial ou sua forma no nível perceptivo. A identificação com as formas, a percepção das cores etc. facilitam a expressão do afeto e a internalização da estrutura. Reconhecer e nomear o afeto associado com as formas emergentes promove maior distanciamento reflexivo e direciona o sujeito ao nível seguinte: Cognitivo/Simbólico.

Sobre isso Gaeta (ARCURI, 2004) diz "... a arte atenderia à necessidade de compreender que a doença pode ter expressão no corpo e na psique e pode ajudar nessa integração, na decodificação, ou seja, na transdução corporal, pela ação da arte, com o simbolismo do corpo" (p.102).

Cognitivo/Simbólico (C/Sy) e as Terapias Verbais (Elaboração)

Dando continuação à energia que é sentida e liberada pelo corpo, percebida e manifesta por meio da arte, abre-se possibilidade de estruturá-la e manipulá-la em busca do seu significado. No nível Cognitivo/Simbólico permite-se brincar com o que se cria, manipulando com poder e propósito. Cria-se um domínio da realidade, uma estruturação tanto concreta quanto verbal por meio da nomeação.

A resolução de um símbolo, para Kagin e Lusebrink (1978), revela seu significado. Considerando que o significado do símbolo é desconhecido, isso precisa ser resolvido por meio da expressão de seus aspectos através da elaboração. A resolução do símbolo em termos culturais ou universais, para as autoras, levará à atualização criativa individual, e a emergência de uma expressão culturalmente e criativamente significativa.

Desse significado, porém, é importante ressaltar que surge do sujeito. O terapeuta atua, em todo o processo, como facilitador da expressão. Assim, no significado do símbolo, permite também ao sujeito que seja dono do seu saber, de sua história e por fim de seu sentido. Roubar isso do cliente é tirar dele o crédito de sua obra, é não reconhecer todo o caminho traçado a chegar onde chegou.

A Criatividade

Por fim, temos a Criatividade como união entre componentes e níveis que nos lembram sobre a espontaneidade e liberdade necessária em nossos dia a dia. É por onde ego e self podem atualizar suas próprias forças, criando novas possibilidades de expansão. A escolha livre do sujeito também se une a criatividade, uma vez que apresenta de forma espontânea aquilo que sente como cura ou como fixação no fluxo de expressão. A homeostase e descanso experienciados após a produção criativa são provenientes desse sentido de cura, podendo ter como referência posterior ao indivíduo a experiência de euforia e homeostase (KAGIN; LUSEBRINK, 1978).

Ainda, Kagin e Lusebrink (1978) vêem a atualização criativa através dos meios de arte envolve todo o indivíduo e por isso possuem um poder curativo sobre ele. Essa experiência com o sentimento concorrente de euforia podem ser usados pelo indivíduo como referência em um ponto futuro, e pode ser repensado também em diferentes atividades no dia a dia.

Ciornai (2004) se baseia em diversos autores como Ghiselin, Rogers, Kneller, Harman e Rheingold, Arieti, Barron, Kinker e principalmente Ostrower ao concluir que

> "... a criatividade é vista diretamente ligada a processos vitalizadores, de crescimento, de funcionamento saudável, de expansão de si, de autorrealização e de alargamento do campo de experiências da vida. Característica que identifica os seres humanos, criatividade é, portanto, um processo precioso e fundamental da vida" (p.70).

Conclusão

É possível relacionar que o ETC considera a compreensão da relação entre corpo (os níveis base: sensório/motor), Arteterapia (perceptivo/afetivo) para, enfim, levar à consciência seus conteúdos por meio da

nomeação verbal e compreensão dos símbolos (cognitivo/simbólico), seja por meio da palavra ou por meio da representação do símbolo em si.

Considerando que nos comunicamos em diversos níveis de expressão, chama a atenção o valor que damos, a prioridade que permitimos com que o nível Cognitivo/Simbólico se manifeste. A interpretação, que entraria nesse nível, se destaca como papel fundamental do psicólogo em muitas linhas da profissão, buscando pela razão um símbolo ou um motivo para nossas ações e condutas. Esse nível, porém, não pode ser acessado de forma genuína sem que outros níveis possam também se expressar. Buscar um sentido sem o mergulho necessário faz com que o ego crie razão sem fundamentos, podendo gerar confusões, mentiras e mesmo um distanciamento consigo próprio e sua individualidade.

O ETC e os diferentes níveis de expressão permitem ao olhar clínico a possibilidade de compreender que todos nos expressamos de múltiplas formas, considerando que alguns componentes se manifestam mais do que outros. Isso, por sua vez, abre espaço para a justificativa no trabalho em terapia por meio de múltiplas abordagens.

Poderia-se dividir o momento de terapia em três momentos: terapia corporal, Arteterapia e terapia verbal (elaboração). Desse modo é possível perceber as fixações em cada etapa, como sintomas ou na tentativa de resolução de conflitos. Por meio desse trabalho alinhado podemos resgatar o sujeito perdido no distanciamento de si mesmo ao resgatarmos o corpo e darmos espaço à sua expressão simbólica. Esse tipo de trabalho já é realizado, seja em nossas terapias pessoais ou em nossos consultórios, e ainda que essa seja uma explicação teórica sobre, o trabalho prático merece outro artigo onde possa ser bem exemplificado.

Mais do que nunca, considerando o contexto atual da pandemia, é necessário que o processo terapêutico convide o sujeito a utilizar os cinco sentidos de seu corpo, e é inegável o papel das terapias corporais e da Arteterapia nesse processo que envolve integralmente o sujeito: com seus movimentos, toques, cheiros… O trabalho alinhado atua como um convite ao sujeito utilizar o corpo e suas possibilidades em sua totalidade, podendo emergir seu verdadeiro Ser.

Referências

Ateliê Terapêutico - **Arteterapia São Paulo**. Disponível em <https://www.Arteterapiasaopaulo.com.br/processos-terapeuticos/> Acesso em 23/06/2020.

AATA - **American Art Therapy Association**. Disponível em <https://arttherapy.org/> Acesso em 23/06/2020.

ARCURI, I. G. **Memória corporal: o simbolismo do corpo na trajetória da vida**. Vetor, 2a edição. 295 pgs.

Calatonia.org. Disponível em <http://www.calatonia.org/> Acesso em 23/06/2020.

CIORNAI, S. Arte-terapia: o resgate da criatividade na vida. In: CARVALHO, M. M. **A arte cura?** Campinas: Psy II, 1995.

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).

Departamento de Arteterapia - **Instituto Sedes Sapientiae**. Disponível em <https://www.Arteterapia.sedes.org.br/> Acesso em 23/06/2020.

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

FARAH, R. M. **Integração psicofísica: o trabalho corporal e a psicologia de C. G. Jung**. 2. ed., São Paulo: Companhia Ilimitada, 2008. 326 p.

GRAVES-ALCORN, S.; KAGIN, C. **Implementing the Expressive Therapies Continuum**. 1. ed., Routledge, 2017. 214 p.

IGT - **Instituto de gestalt-terapia e atendimento familiar**. Gestalt-Terapeutas, Selma Ciornai. Disponível em <https://www.igt.psc.br/Gestalt-Terapeutas/selma_ciornai.htm> Acesso em 23/06/2020.

JUNG. C. G. **A natureza da psique**, 1960. Disponível em <http://conexoesclinicas.com.br/wp-content/uploads/2015/05/jung-c-a-natureza-da-psique.pdf> Acesso em 23/06/2020.

ARTETERAPIA
Cores da Vida
Ano 16 - Volume 27 - Edição Especial - 2020

JUNG, C. G. **Fundamentos de Psicologia Analítica**. 7. ed. Petrópolis, RJ, Vozes: 1996. 192 p. Disponível em <https://www.academia.edu/39154383/Fundamentos_de_Psicologia_Anal%C3%ADtica>. Acesso em 28/07/2020.

KAGIN, S. L.; LUSEBRINK, V. B. **The Expressive Therapies Continuum**. Art Psychotherapy. v.5, p.171-180, 1978.

LUSEBRINK, V. B. **Emotions, personality, and psychotherapy. Imagery and visual expression in therapy**. New York, NY, US: Plenum Press, 1990.

LUSEBRINK, V. B. Art Therapy and the Brain: an attempt to understand the underlying processes of art expression in therapy. **Art Therapy: Journal of the American Art Therapy Association**. v.21, n.3, p.125-135, 2004.

LUSEBRINK, V. B. Assessment and therapeutic application of the Expressive Therapies Continuum: Implications for brain structures and functions. **Art Therapy: Journal of American Art Therapy Association**. v.27, p.168-177. 2010.

MCNEELY, D. **Tocar**. São Paulo: Cultrix, 1994.

NOGUEIRA, C. R. Recursos artísticos em psicoterapia. In: CIORNAI, S. **Percursos em Arteterapia: Arteterapia gestáltica, arte em psicoterapia, supervisão em Arteterapia**. 2. ed., São Paulo: Summus, 2004, 273 p.

RAMOS, D. G. **A psique do corpo - uma compreensão simbólica da doença**. São Paulo: Summus, 1994.

UBAAT - **União Brasileira de Associações de Arteterapia**. Disponível em <https://www.ubaatbrasil.com/>. Acesso em 28/07/2020.

ARTETERAPIA
Cores da Vida

Ano 16 - Volume 27 - Edição Especial - 2020

12 – MORTE E RENASCIMENTO EM TEMPOS DE PANDEMIA: POSSIBILIDADES DE INTERVENÇÃO ARTETERAPEUTICA

Cintia Garcia Cardoso[24]

Resumo: Uma pandemia tomou conta do mundo e afetou drasticamente o modo de viver de milhares de pessoas. As mudanças foram muitas em um pequeno espaço de tempo e tão variadas que afetam a vida dos indivíduos de formas distintas. Em meio a tantos medos, desafios, tantas situações de incerteza, de tantas transformações impostas pelo momento atual, a saúde mental das pessoas está em evidência. O objetivo desse artigo foi aprofundar reflexões sobre as diferentes questões que se apresentam nesse momento de controle da pandemia a fim de clarear as possíveis direções do trabalho do arteterapeuta. Pude verificar que as principais questões relacionadas ao enfrentamento da pandemia circulam ao redor do tema arquetípico da morte e renascimento. A partir do estudo de relatos míticos e do simbolismo relativo ao tema na Psicologia Junguiana, foi possível traçar os elementos simbólicos específicos e propor um caminho para a atuação do arteterapeuta em tempos de pandemia.

Palavras-chave: Terapia pela arte; Pandemia; Teoria Junguiana; Morte; Vida.

Death and rebrith in pandemic times: possibilities of Art therapeutical intervention

Abstract: A pandemic has taken over the world and dramatically affected the way thousands of people live. The changes were many in a small time and so varied that affect the lives os individuals in different ways. In midst of so many fears, challenges, so many situations of uncertainty, of so many transformations imposed by the present moment, people´s mental health is in evidence. The aim of this article was to deepen observations on the different issues that arise at this time of pandemic control in order to clarify the possible directions of the work of the art therapist. I was able to verify that the main issues related to the pandemic are around the archetypal theme of death and rebirth. From the study os mythical accounts and the symbolism related to the theme in Analytical Psychology it was possible to trace the specific symbolic elements and propose a path for the performance of the art therapist in pandemic times.

Keywords: Art Therapy; Pandemics; Junguian Theory; Death; Life.

Muerte y renacimiento en tiempo pandémicos: posibilidades de intervención arteterapéutica

Resumen: Una pandemia se ha apoderado del mundo y ha afectado drásticamente la vida de miles de personas. Los cambios fueron muchos en un corto espacio de tiempo y tan variados que afectan las vidas de las personas de diferentes maneras. En medio de tantos miedos, desafíos, tantas situaciones de incertidumbre, tantas transformaciones impuestas por el momento actual, la salud mental de las personas es evidente. El propósito de este artículo fue profundizar las reflexiones sobre los diferentes problemas que surgen en este momento de pandemia para aclarar las posibles direcciones del trabajo del terapeuta de arte. Pude verificar que los principales problemas relacionados con la pandemia circulan en torno al tema arquetípico de la muerte y el renacimiento. A partir del estudio de informes míticos y el simbolismo relacionado con el tema en Psicología junguiana, fue posible rastrear los elementos simbólicos específicos y proponer una forma para que el terapeuta de arte actúe en tiempos de pandemia.

Palavras-clave: Terapia com Arte; Pandemia; Teoría Junguiana; Muerte; Vida.

Introdução

[24] Arteterapeuta, especialista em psicologia junguiana pelo Instituto Junguiano do Rio de Janeiro, narradora de histórias, mestre em saúde pública pela Escola Nacional de Saúde Pública/Fiocruz. Coordenadora do projeto Somos Arteiros - Uberlândia/MG. Endereço para correspondência: Rua Antônio Marques Póvoa Junior, 88 – apto 1004 – Vigilato Pereira - Uberlândia/MG – CEP: 38408-466. E-mail: cintiagarcia004@hotmail.com

ARTETERAPIA
Cores da Vida
Ano 16 - Volume 27 - Edição Especial - 2020

Um vírus novo surge no planeta, um ser invisível, mas capaz de trazer grande mortalidade para as vidas humanas. Inicialmente poderia se comportar somente como mais um que afeta alguns povos, deixa um rastro de mortes por onde passa, mas após esforços humanos é contido. Mas esse não. Numa velocidade assustadora conseguiu alcançar o planeta inteiro, uma Pandemia está instalada. Até quando? Imprevisível. Haverá vacina? É preciso mesmo isolamento? E o meu emprego? E a economia? E as crianças? Ah, os idosos!!!! Nem deve ser isso tudo! Fica em casa!!!!!! E quando tudo vai voltar ao normal? Não é possível, tantos mortos!!!!! E vai voltar ao normal?

Muitas são as indagações que preenchem as almas humanas ao redor do mundo nesses últimos meses. Uma sombra invisível se espalhou e paralisou o mundo. Em cada alma diferentes questões se colocam. Há aqueles que sofrem pela morte de familiares e conhecidos ou até mesmo por se afetar intensamente com o número alarmante de mortos em tão pouco tempo e em circunstâncias que impossibilitam o ritual de despedida, tornando mais difícil a elaboração do luto. Profissionais de saúde e de outros serviços essenciais se veem na linha de frente seja no enfrentamento ao vírus ou na garantia dos serviços básicos para que todos possam se manter protegidos em seus lares e assim, se arriscam a se tornar sua próxima vítima.

As mudanças no modo de vida das pessoas são drásticas, em especial nas grandes cidades. Medidas bruscas que transformaram a realidade das pessoas do dia para a noite e seguem ocorrendo, num movimento tão imprevisível quanto à doença. Decisões rígidas são tomadas, afrouxamento das medidas são autorizadas, num vai e vem incerto no traçado de estratégias para lidar com algo tão desconhecido para o mundo todo. Pessoas que perderam seus empregos ou tiveram que se adaptar a novas formas de trabalhar numa demanda frequente por conhecimentos que antes não dominava. Outras que moram em comunidades humildes onde o isolamento é inviável e onde, por vezes, falta assistência por parte das autoridades governamentais. Os sistemas de saúde que entram em colapso e trazem a incerteza se todos os afetados gravemente poderão ser cuidados. São realmente muitas e bem diversificadas as questões que emergiram nas vidas humanas diante desse vírus desconhecido, tantas que fica impossível enumerar todas.

Diante desse quadro bem sucinto e geral me questionei se haveria um grande tema simbólico circundando todo esse contexto mundial e todos esses enfrentamentos e desafios impostos nas vidas humanas nesses tempos. Na verdade, de início e de modo bem óbvio o tema da morte se apresenta indubitavelmente como o mais proeminente. Como atuar a partir da Arteterapia na elaboração desse grande luto coletivo e no luto individual das pessoas que procuram ajuda? Afinal, é um luto que também estamos elaborando em nossas vidas ainda. E comecei a refletir e pensar sobre que outras dificuldades as pessoas estão apresentando diante das circunstâncias atuais, além do luto pelas vidas perdidas.

E a conclusão a que cheguei em cada situação pontual que pude perceber, imaginar e analisar foi de que em muitas, senão todas, das questões que se colocam é possível que o tema central que as conduzem seja o da morte. Mas nesse caso não se trata da morte física, biológica da qual tratei no parágrafo anterior, mas sim de uma morte simbólica e, consequentemente, seguida de um renascimento.

Desenvolvimento

A morte biológica traz muitas dificuldades para grande parte da nossa sociedade ocidental. É um fato esperado, pois é inevitável que se há vida, em determinado momento haverá a morte, momento em que a vida chega a um fim. Mas será que a ideia de finitude da vida é aceitável? Segundo Jung, “considerar a morte como a realização plena do sentido da vida e sua verdadeira meta, em vez de uma mera cessão sem sentido, corresponde melhor à psique coletiva da humanidade. Quem professa uma opinião racionalista (...), isolou-se psicologicamente e está em oposição com sua própria natureza humana básica” (JUNG, 2013. §807.p.367).

O pensamento racionalista a respeito da morte é aquele que confronta e invalida a natureza das religiões, entendendo, desde a época do Iluminismo, que as religiões não passam de sistemas filosóficos, forjados pela cabeça dos homens. Contudo, a experiência, segundo Jung, revela que os símbolos religiosos não podem ser considerados coisas imaginadas, frutos da consciência, pois tudo indica que certamente provêm da vida natural da psique inconsciente. Por isso, são símbolos disseminados universalmente e que exercem tamanha influência sobre a humanidade através dos tempos. O consenso universal tem concepções claras sobre a morte expressas de modo inequívoco nas grandes religiões do mundo. A maioria pode ser vista como sistemas complexos que entendem a vida como uma preparação para a morte. E realmente o pensamento psicologicamente correto é o de que a natureza nos prepara para a morte (JUNG, 2013).

> “A psique participa, em suas camadas mais profundas, de uma forma de existência transespacial e transtemporal e que, por consequência, pertence àquilo que inadequada e simbolicamente é designado pelo nome de ‘eternidade’ (...) uma inclinação presente na psique humana desde tempos imemoriais e universalmente existente. (...) Jamais conseguiremos provar que tais verdades sejam ou não absolutas. É suficiente, porém, que elas existam como inclinações da psique, e sabemos demais o que seja entrar levianamente em choque com essas ‘verdades’. Equivale à negação consciente dos

ARTETERAPIA
Cores da Vida
Ano 16 - Volume 27 - Edição Especial - 2020

> instintos, isto é, a um desenraizamento, a uma desorientação, à falta de sentido da existência, ou que outros nomes possam ter estes sintomas de inferioridade. (...) O distanciamento das verdades do sangue produz uma agitação neurótica cujos exemplos abundam em nossos dias. Essa agitação, por sua vez, gera a falta de sentido da existência" (JUNG, 2013. §815. p.372).

Alguns autores puderam constatar através da experiência com os sonhos dos seus pacientes, que quando estavam próximos da morte, seus sonhos não eram relacionados a finais, como poderíamos esperar, caso nossa ideia de morte fosse ligada à finitude da mesma. Pelo contrário, tais indivíduos sonham com símbolos que, em nosso desenvolvimento psíquico durante a vida, informam sobre mudanças de um estado psicológico a outro, são sonhos com símbolos de renascimento, como mudanças de localidade, viagens, jornadas, passagens, restabelecimentos. Jung chega a dizer que ficava espantado ao ver a pouca importância que a psique inconsciente faz da morte. Para Jung parecia que o inconsciente se importava mais em saber se a atitude consciente estava em conformidade ou não com o processo de morrer (JUNG, 2013; Von Franz apud BERNARDO, 2013a; HOLLIS, 2004).

"Do ponto de vista da psiquiatria, seria aconselhável que só pudéssemos pensar na morte como uma transição, como parte de um processo vital cuja extensão e duração escapam inteiramente ao nosso conhecimento" (JUNG, 2013 §792.p.359).

Para Byington, a forma como se deu o desenvolvimento da personalidade no homem ocidental, acabou por levá-lo a um grau de dissociação tão grande entre consciente e inconsciente que perdeu sua relação com a linguagem simbólica. O autor aponta ainda para o problema da atitude do homem ocidental que através do olhar científico define a morte como oposto à vida, ou seja, gera uma relação dicotomizada entre dois pólos complementares (BYINGTON, 2006).

> "Os símbolos da morte não têm sido reconhecidos como parte atuante e significativa na transformação do Ser por causa das dicotomias de nossa cultura. (...) Associando três dicotomias, vida-morte, mente-corpo e bem-mal, a nossa cultura uniu morte, corpo e mal, temendo e impedindo a elaboração do fenômeno da morte, da doença e da Sombra, e a relação dialética com a vida, a saúde e a Consciência nos níveis simbólicos e arquetípico". Dessa forma, Byington entende que ter uma atitude dicotomizada diante do problema da morte significa concordar com a ideia de que a morte é somente o fim da vida e o resto relacionado é simples consolo, engodo ou defesa maníaca para mitigar e esconder nossa miserável condição humana (BYINGTON, 2006, p.275).

A partir daqui gostaria de retomar as questões que apontei anteriormente como outras, além da morte biológica, que emergiram com as mudanças de modo de vida em decorrência da pandemia, na vida em isolamento social. Afirmei anteriormente minha percepção de que o tema da morte e renascimento perpassa senão por todas, ao menos pela maioria das questões que os indivíduos têm enfrentado. A pandemia colocou todos em situações diversas das conhecidas, das habituais e nos fez ter que desconstruir antigos e bem conhecidos, até mesmo mecanizados, meios de atuar no mundo. Abriu uma porta para a necessária criatividade, reinvenção de modo de viver. Todas essas mudanças, essa necessidade de deixar para trás, abandonar velhas atitudes que se tornaram obsoletas diante do momento presente, não poderiam vir sem uma parcela de sofrimento. Afinal, a cada necessária transformação da consciência, a morte está presente. Morte e consequente renascimento. Toda morte vem com um renascimento, novos valores que emergem, são trazidos à tona, são constelados para atender às novas demandas. Essa morte é então a responsável pelos sofrimentos em ter que encarar a nova situação que se impõe e como são mudanças muito bruscas e repentinas a complexidade da tarefa aumenta para nossa consciência.

> "Sempre que se deixa ir algo, o que equivale a uma morte simbólica, se faz necessário colocar outra coisa em seu lugar: à morte segue-se um renascimento, e para facilitar esse processo de transformação é que as culturas ancestrais dispunham de rituais de iniciação e passagem. Caso isso não ocorra, e a situação de vazio perdure por um tempo além do necessário e suportável, esse fato pode ser extremamente prejudicial à nossa consciência, que fica como que sem chão, numa situação de desamparo e de falta de sentido para o que está sendo vivenciado. Toda situação nova é, do ponto de vista da consciência, um caos a ser ordenado, o que pode gerar medo, ansiedade e angústia frente ao desconhecido" (BERNARDO, 2013b).

Há variados mitos indígenas que nos oferecem esse simbolismo da morte e renascimento como caminho para a transformação. Eis um mito indígena que escolhi dentro da tradição do povo saterê-mawé, que se chama "Hariporia, a origem do açaí":

"Há muitas jornadas, quando o Sol ainda namorava a Lua, o povo saterê-mawé vivia um tempo de sonhos raros, de parcas frutas e poucos alimentos".

Nessa época nasceu Yacy-May, filha do grande pajé Irê com a indígena Anhiã, que, por sua vez, era filha da palmeira bacabeira. Yacy-May veio ao mundo quando os pássaros noturnos cantavam na escuridão da floresta. Bela era à noite, calmo estava o rio Andirá, inspirando poesia.

Uma criança linda, olhos pretos, arredondados, encantadores e sorridentes como o brilho das estrelas refletidas nas águas. Sua pele morena era macia como uixi-liso. Seus cabelos pareciam imitar a flor do manacá. Era, enfim, uma criança de beleza singular.

Em meio à situação de miséria em que viviam, tal nascimento foi uma alegria para a aldeia. A beleza daquela criança certamente sinalizava novos tempos de fartura.

Com as passagens das luas, Yacy foi crescendo e ficando cada vez mais atraente. Sua beleza ficou conhecida além das fronteiras do Andirá, o grande rio. Por outros lugares e sob outras nuvens, se tornou fruto da veneração dos pássaros, que cantavam para fazê-la dormir e sonhar com flores.

Quanto mais a menina crecia, mais pretendentes encantava. Mas Yacy-May (...) era imune aos galanteios de pássaros ou homens de sua aldeia.

Até que chegou o tempo de Yacy-May se casar. (...) Tamanha era a disputa pela beleza da jovem indígena que até mesmo os astros se envolveram.Certa vez, a Lua brigou com o Sol por tanto pensar em Yacy-May. Ele despontava sorrindo no horizonte toda manhã, somente para dar bom dia para a jovem mawé, até que a Lua percebeu e não gostou daquele assanhamento.

Mas mesmo com o Sol e a Lua cumprindo os seus ciclos, o povo mawé cada vez mais sofria por falta de alimento. (...) Os indígenas começaram a morrer. (...) Todos sofriam porque o grande criador Tupana estava magoado. O poderoso pajé estava ciente disso.

A chuva fina não era capaz de irrigar os sonhos de frutas maduras. (...) A filha do pajé, Yacy-May, sentiu que devia pagar o preço pelo desabrochar das flores. Seu pai intuiu a sua decisão de atravessar o rio pela sobrevivência da nação mawé. Num certo dia, Yacy-May acordou, (...) o abraçou e disse:

- Pai, a vida continua. O Andirá fluirá, majestoso, durante toda a eternidade. Vou me entregar às suas águas para acalmar a fúria de Tupana. Vou morar com as estrelas. Do céu, olharei pelo meu povo, entregarei meu corpo a terra para que brote alimento, que fará os peixes voltarem e o Inambu da fartura tornar a piar.

Numa bela manhã, sob o sol que dourava a floresta, o corpo inerte de Yacy-May foi visto flutuando nas águas do grande rio. Todos lamentaram a sua partida para o estrelado do céu. Seu corpo foi enterrado às margens do Andirá. Por mais de um mês seu povo chorou e velou sua sepultura, sobre a qual depositaram as poucas flores que acharam e alguns frutos caídos das árvores.

(...) Um dia perceberam uma plantinha brotar sobre o túmulo da jovem. Os mawé trataram logo de regá-la. E foi crescendo assim uma formosa palmeira, com folhas compridas e fartas iguais aos cabelos de Yacy-May. Dessa palmeira surgiu um ramo de flores. E das flores, frutos redondos. Verdes no início e pretos depois, que lembravam os lindos olhos da jovem mawé. Finalmente o povo sentiu felicidade. (...)

O pajé deu então o nome de açaí àquela extraordinária árvore, que tinha sido um presente de Tupana, em sinal de gratidão pela filha do pajé ter sido conduzida às estrelas. (...) A fruta nutritiva deu força aos indígenas para retomarem as roças, seus pomares, para fazer suas canoas de pesca. A fartura tinha voltado à vida da nação saterê-mawé" (NEGRO, 2019, p.29).

O relato mítico parte de uma situação limite, de escassez extrema e paralisação. O nascimento da criança já traz a notícia de que a transformação vai ocorrer. Sua entrega à morte, sua volta ao rio, ao inconsciente é o que faz com que a situação presente seja vencida e ultrapassada trazendo a fartura, o movimento, o retorno da vida, do ânimo aos integrantes do povo, e uma nova fonte de alimento. É a mudança para um novo nível de consciência.

Na tradição oral indígena há diversos mitos que narram esse tipo de situação e de transição. Todos envolvendo a morte, o sacrifício de alguém para trazer o novo, a vida para uma nova dinâmica. Como exemplos posso citar a origem do milho, da mandioca, o menino e a flauta, entre outras. Há também relatos de dilúvios, que são situações em que todo um coletivo é morto e somente parte desse povo sobrevive e recomeça a vida na terra nova. Outros mitos semelhantes a estes vão contar da origem do homem como tendo passado por uma primeira etapa, uma terra paradisíaca como no gênese da tradição cristã e essa terra é afastada daqueles seres iniciais e a partir de então o mundo passa a ser não tão fácil para viver e o reencontro com o "paraíso" se torna uma meta ou esperança. Todos esses símbolos nos revelam que um desenvolvimento psíquico para um novo nível de consciência está ocorrendo. Nos primeiros, sobre a morte de aspectos da própria consciência que se tornam obsoletos para a vida e precisam morrer, ir ao inconsciente reencontrar com sua fonte criativa e trazer à superfície a renovação e nos últimos há uma necessidade de sair do paraíso (o Si-mesmo, o mundo inconsciente) e emergir

ARTETERAPIA
Cores da Vida
Ano 16 - Volume 27 - Edição Especial - 2020

somente alguns conteúdos na formação de um ego forte para uma nova etapa da vida, num simbolismo de separação ego-Si-mesmo, e formação do eixo ego-Si-mesmo.

Quando o homem ocidental nega a existência e relevância da linguagem mítica, simbólica, ele dificulta, em seu processo de desenvolvimento da personalidade, ou até mesmo interrompe o fluxo de comunicação entre o ego (consciência) e o Si-mesmo (inconsciente coletivo com seus arquétipos, a totalidade da psique, o centro organizador, fonte da vida psíquica). Há uma inflação do ego e uma unilateralidade se forma na psique. Essa relação/diálogo do ego com o Si-mesmo, de uma forma ou outra, acaba sendo reestabelecida/o. Se não for de forma voluntária ou com a ajuda do ego do individuo através do seu desejo de reencontro com seu centro psíquico, sua essência, será através de um movimento autônomo desses mesmos elementos da psique que ficaram relegados e que uma hora ou outra irão emergir, apesar das defesas e barreira imposta pelo ego, e trarão à tona os conteúdos necessários ao desenvolvimento psíquico do indivíduo naquele momento da vida na forma de distúrbios mentais, neurose, sonhos perturbadores, uma série de sofrimentos psíquicos.

Para Byington, o "desequilíbrio estabelece uma grande unilateralidade, que pode levar o impulso revitalizador do Arquétipo Central" – é como o autor nomeia o Si-mesmo – "a emergir, qual um vulcão, em crises simbólicas de dificílima discriminação na vida individual e cultural. Quando a morte e a vida são dicotomizadas, a vivência psicológica da morte como transformação da vida torna-se impossível" (BYINGTON, 2006, p.248). "A função do símbolo é religar mais intensamente o consciente aos arquétipos, trazendo situações inconscientes indiscriminadas, que se discriminam ao passar para a Consciência, expandindo e revigorando o Ego" (BYINGTON, 2006, p.246).

Byington, em seu estudo do ritual funerário dos indígenas Bororo, pôde perceber, durante todo o ritual, que dura mais de um mês, a existência de uma dialética entre o que é circunstancial e o que é permanente. Tais rituais de morte se caracterizam como ritos de passagem, onde a alma acompanha a destruição de parte do corpo na morte e ao mesmo tempo sua continuidade no além. "As almas dos antepassados são invocadas e homenageadas, e um membro da tribo é escolhido para representar a alma do morto e queimar o arco e flecha dele, ilustrando o que conhecemos na psicologia como a técnica expressiva da psicodramatização. Ele enfeita-se de plumas (...) serão enfeitados os ossos antes de serem colocados na cesta funerária, que será fincada numa vara comprida no fundo de uma lagoa ou igarapé. Os ossos (...) tornam-se imaculadamente brancos, demonstrando que parte da transformação é efêmera, mas parte, permanente, exatamente como todas as grandes mudanças arquetípicas do ego na personalidade. (...) Os ossos passam a ser símbolos da vida que continua após a morte, e as plumas, (...) as características voláteis do espírito. (...) Alma, espírito, vida sobrenatural são símbolos. Não importa o nome. O que importa é a continuidade do ser humano com o cosmos, na vida e nas suas transformações, uma das quais é a morte de parte do corpo na velhice".

Os rituais tornam possível a vivência do símbolo e possibilitam, assim, que a transformação ocorra na consciência num ato de religação do ego ao centro organizador da psique, o Si-mesmo. Nos rituais de morte que ainda são realizados pelos povos indígenas fica revelada a dimensão simbólica de renascimento que existe na morte, além disso, é no ritual que se reforça a crença espiritual da continuidade da alma. Os rituais são importantes para auxiliar nosso desenvolvimento psíquico, no sentido de trazer certa materialidade, expressividade aos símbolos inerentes a determinada fase de transição da vida. Sejam os ritos de iniciação, ou de passagem, ou de finalização, como o da morte, todos eles funcionam como um apoio para a alma em transformação constante ao longo da vida.

Termos relativizado a importância desses rituais ou enfraquecido seu conteúdo simbólico e até mesmo eliminado sua maioria da nossa vida na sociedade ocidental faz com que o processo de desenvolvimento psíquico da personalidade ao longo da vida, chamado por Jung de processo de individuação, que ocorre através de repetidas transformações e ampliações do nível de consciência, necessariamente a partir do diálogo do ego com o universo arquetípico/simbólico do inconsciente fique "estacionado" em atitudes frente à vida que muitas vezes já deveriam ter sido elaboradas e superadas por novas.

O processo de individuação, colocado por Jung, representa um caminhar na direção da realização de quem somos verdadeiramente e envolve um diálogo entre polaridades, entre inconsciente e consciente, numa busca de unidade dos polos opostos. É a função transcendente que nos permite integrar os opostos à consciência e torna possível o caminhar em frente num movimento espiral ascendente e de ampliação da consciência, rumo à totalidade psíquica, enquanto meta. E o processo de individuação não é possível sem que haja repetidos momentos de morte simbólica de antigos valores e atitudes.

Diante do exposto até aqui, torna-se clara a possibilidade de atuação do arteterapeuta frente à necessidade, que o momento de enfrentamento da pandemia coloca a todos, em variáveis níveis e formas, de ritualizar para elaborar a morte em seus diferentes significados simbólicos. Como afirmei no início deste artigo, as situações e circunstâncias que se colocam para cada indivíduo são das mais diferentes formas, porém, pude perceber que todas ou sua maioria convergem para o tema central da vida/morte/renascimento. E muito pode ser feito pelas pessoas que procuram ajuda através do processo arteterapêutico se compreendemos todo esse universo teórico que se encontra no cerne das questões. É claro que, como a psique não é estanque, mas possui um dinamismo autônomo próprio, as questões atuais de elaboração simbólica da morte virão sempre

ARTETERAPIA
Cores da Vida
Ano 16 - Volume 27 - Edição Especial - 2020

acompanhadas das demais questões que estão em processo de transformação concomitantemente relacionadas a outros aspectos da vida dos indivíduos.

Segundo Bernardo, a Arteterapia é um recurso valioso por criar condições para que o fluxo da energia psíquica se mantenha ativo em seus dois eixos (mundo interno-mundo externo e consciência-inconsciente), atuando assim de forma preventiva, através do aprendizado de um caminho de autocura. E também por possibilitar que esse fluxo seja restituído, quando necessário, através da dissolução de bloqueios e a partir da oferta de meios expressivos para torná-los conscientes e serem transformados, atua também terapeuticamente. Afinal, a linguagem da arte é a mesma do nosso inconsciente e se assemelha muito com a linguagem dos mitos, contos e dos sonhos. É a linguagem simbólica, que instaura um diálogo que possibilita a aproximação entre consciente e inconsciente e, como reduz a tensão entre essas duas instâncias da psique, permite que elas trabalhem em conjunto em nossas vidas, tornando possível o processo de individuação rumo ao encontro com o potencial inato de ser quem somos (BERNARDO, 2013a).

A psicologia junguiana, base da fundamentação teórica da Arteterapia com a qual trabalho, tem como alguns de seus rituais centrais a imaginação ativa, a amplificação da imagem arquetípica como técnica de elaboração dos símbolos e a convivência com estes por meio da sua expressão pelas técnicas expressivas como literatura, desenho, pintura, escultura ou outra forma de representação. Quando a relação dicotomizada da consciência é vivenciada de maneira livre e criativa, ela obrigatoriamente conduz à integração das polaridades (BYINGTON, 2006).

A Arteterapia, de base junguiana, entende que a vida psíquica apresenta uma tendência inata à organização, já que há um movimento interno para que sejamos nós mesmos, vivamos nossa inteireza e, assim, acredita que possa se colocar como força dinamizadora dessa tendência. Apresenta-se como uma excelente forma de confrontar imagens sombrias, evitadas pelo ego, pois a arte em si tem o poder de despotencializar à carga emocional das imagens que emergem. Através do uso de técnicas expressivas diversas e da construção de um *setting* terapêutico acolhedor e facilitador da criação de vínculos seguros, abre a possibilidade de acessar o mundo desconhecido do inconsciente, em uma atmosfera cuidadosa e acolhedora e ter encontros com o mais profundo de nós, com vistas à saúde integral do Ser (DINIZ, 2014).

Os recursos expressivos que podem ser utilizados na prática terapêutica do arteterapeuta são muitos e bem diversos. Posso citar dentre muitos outros o desenho, pintura, colagem de papéis e outros materiais, modelagem e escultura, expressões corporais, psicodrama, criação de brinquedos, caixa de areia, exercícios e jogos cênicos e musicais, contação de histórias (literatura, contos de fadas e mitos), escrita criativa, fotografia, vídeos, tecelagem, bordado, costura, mosaico, assemblagem e construções diversas (personagens, maquetes, instalações, objetos) (DINIZ, 2009; 2014; PHILIPPINI, 2009).

O uso e a escolha dos recursos a serem utilizados vão variar, podendo ser utilizados de forma integrada ou isolada, de acordo com a necessidade do indivíduo e o objetivo do terapeuta. A linguagem artística selecionada e os materiais a serem oferecidos na vivência arteterapêutica juntamente com o rito criativo sugerido é o que vai facilitar o acesso ao simbolismo do mito. Através do rito criativo que é propiciado no *setting* a aproximação do mundo interno arquetípico é possibilitada. O encontro arteterapêutico pode ser preparado como esse ritual de materialização de vivência do mito, num lugar sacralizado através do vínculo, para conter as experiências de busca do Si-mesmo e todas as transformações necessárias, com todo respeito à individualidade e o caráter singular de cada processo. O mito precede o rito e com base na imaginação de cada indivíduo os aspectos arquetípicos, coletivos presentes no mito podem ser constelados individualmente (DINIZ, 2009; VELEDA, 2008).

Percebo o *setting* arteterapêutico, assim como Philippini, como “um espaço similar aos laboratórios de alquimistas com suas delicadas operações para transformar o que antes era obscuro, denso e árduo, em matéria sutil e em alguns momentos, em centelhas de luz” (PHILIPPINI, 2009). A criação artística passa necessariamente pelo acesso e conversa da instância consciente da psique com o inconsciente. A arte, com suas linguagens e materiais, é uma ponte que reconstitui o diálogo através do eixo ego-Si-mesmo. Como num processo alquímico, os materiais, com suas características específicas, ao serem manuseados e trabalhados através de diferentes operações físicas, a fim de concretizar numa imagem o diálogo interno, são, em conjunto com o indivíduo que atua sobre eles, os próprios atores da transformação. Transformando e lidando com os materiais e os processos, transformamos e lidamos com nossos conteúdos internos que precisam de elaboração para serem integrados à consciência.

Diante das circunstâncias atuais, acredito que mais importante do que trazer sugestões de vivências ou propostas de arte prontas a serem realizadas com os indivíduos que possam procurar um atendimento arteterapêutico para lidar com suas questões, diante da situação de isolamento e proximidade com a morte desse momento de pandemia, seria trazer ideias de embasamento simbólico para elaboração das vivências.

Um aspecto importante que devemos levar em conta, diante do atual momento histórico, é a limitação em obter determinados materiais artísticos para execução das propostas. Por isso, é importante estar atento às limitações de cada indivíduo a fim de buscar o uso de materiais de fácil acesso, assim como buscar outras alternativas viáveis a partir dos materiais que ele já possua em sua casa, por exemplo. Um momento inicial de “garimpar” esses possíveis materiais artísticos e colocá-los dentro de uma caixa ou recipiente especial já pode ser

parte do processo terapêutico, pois envolve abertura ao improvável, à criatividade de ver as coisas com outros olhos a fim de encontrar em algo do dia a dia, muitas vezes, um material com potencial latente, assim como os conteúdos inconscientes que pretendemos "convidar" à integração na consciência.

Primeiramente, penso que as vivências e escolhas de materiais, devem circundar o tema principal que for trazido pela realidade de cada indivíduo. Caso o tema central pareça estar em torno do tema vida/morte/renascimento, diante da reflexão teórica que construí ao longo deste artigo, entendo que o essencial no momento de elaboração das vivências esteja nos próprios elementos simbólicos do tema. Um elemento é a necessidade de deixar morrer inteiramente ou em parte algum aspecto do consciente. Esse elemento me leva a pensar em propostas que envolvam, por exemplo, o ato de picotar uma imagem ou expressão artística prévia para reorganizar os fragmentos numa nova elaboração artística, numa nova configuração e formando outra imagem, por exemplo, criando um mosaico. A partir dessa simples ideia, muitas outras opções de materiais podem surgir. Podemos usar o fogo como catalisador dessa transformação necessária, queimando algo desenhado, escrito previamente e partindo do uso de suas cinzas combinadas ou não a outros materiais para criar o novo.

Outro elemento que me impulsiona a pensar numa vivência é o vazio que fica na transição entre o que morre e o novo que vai nascer. Muitas vezes o mais difícil de se deixar morrer algum conteúdo obsoleto ou prejudicial da consciência é o vazio que ele deixa na psique. Sendo assim, diversas técnicas que se utilizem do vazio para que a expressão ocorra podem ser interessantes no momento propício. Algo viável e que pode ser realizado com materiais bem simples, é criar um vazio numa expressão artística prévia, no intuito de remover alguma parte que é passível de ser eliminada e por trás desse primeiro trabalho colocar um novo papel que abre a possibilidade de criar, dentro desse vazio, uma nova expressão. Utilizar materiais de plástico, papelão, etc que seriam jogados fora no dia a dia e que podem ser recolhidos aos poucos para compor a "caixa especial" pode ser outra ideia interessante. O material que ia ser eliminado se configura como algo que precisaria ser jogado fora, deixado para trás, mas que pode ser usado para se transformar, e isso pode ser feito, por exemplo, dentro do elemento simbólico em questão, realizando-se uma obra através do recorte desses objetos, embalagens, etc, pois certamente figuras poderiam ser criadas a partir desses vazios.

Então, podemos criar vazios para preencher com nossa criatividade e diversos materiais e motivos, como quando criamos vasos de argila, potes ou vasilhas, seguindo depois para uma intervenção seja com pintura, escavação ou aplicando sementes, o que transforma esses vazios ou os preenche de algo novo ou que, como as sementes, simbolizem o novo. Semear é enterrar e deixar morrer para que depois a fartura possa vir, a renovação da vida através de algo novo que se apresenta. Com um simples papel e lápis podemos também criar vazios através de rabiscos aleatórios, imprevisíveis, assim como o momento atual que vivemos, e a partir destes rabiscos observar os espaços criados entre os traços e preencher de forma variada aqueles que desejar, o que pode criar uma obra bastante abstrata ou com a formação de alguma imagem específica.

Mas também podemos fazer com que a expressão artística se dê justamente através dos vazios criados e, nesse caso, não há necessidade de preencher ou substituir, o próprio vazio em composição com o "cheio" do material é a obra de arte criada, o que traz um novo olhar para o vazio, um olhar mais positivo.

A sucata, como costumamos nos referir aos materiais reutilizados que seria eliminados, seriam jogados no lixo, podem ser úteis de diversas formas. Se pensarmos num outro elemento simbólico da morte que é o convívio entre a finitude e a permanência podemos partir para propostas semelhantes a anterior, em que uma parte do objeto é eliminado e outra parte fica e gera uma imagem nova, ressignificando aquele objeto. Essa ideia também serve para propostas em papel e material seco, na qual podemos sugerir que determinadas porções do papel sejam removidas e naquela nova forma de suporte o indivíduo continue sua criação.

Outro elemento simbólico que identifiquei foi o medo do desconhecido, pois certamente quando abrimos espaço para o novo, significa que estamos nos abrindo para algo ainda desconhecido. Tal situação pode ser a fonte de ansiedade de alguns indivíduos nesse momento, por exemplo, quando perdemos o emprego ou quando temos que nos adaptar a meios tecnológicos antes pouco utilizados ou desnecessários para nosso trabalho e que agora são essenciais, ou seja, quando é preciso se reinventar diante da realidade atual, mudar rotinas, projetos, sonhos. Nessas situações pode ser bastante indicado trabalhar a questão do desconhecido e através da arte é possível tornar muito instigante e interessante a questão do desconhecido, ressignificando e mostrando sua outra face.

Atrelada ou não a algum outro material ou proposta, penso que a escrita criativa, por exemplo, na confecção de livros artesanais, criação de textos poéticos ou em formato de conto, enfim, qualquer experiência de narrar ou expressar os sentimentos através de registro escrito pode ser uma forma bem simples e, portanto viável no momento atual. Outras técnicas também viáveis e interessantes no atual momento é a fotografia e os vídeos. Em circunstâncias em que o incômodo principal do indivíduo é estar preso em casa, em isolamento, pode ser interessante tais técnicas por estimularem a criatividade na transformação artística de algo muitas vezes invisível na rotina corrida do dia a dia, trazendo um olhar atento e transformador, criativo sobre objetos, situações, enfim, o céu é o limite. Tanto o vídeo quanto a fotografia podem servir como técnica narrativa para expressar de forma artística os sentimentos, os conflitos e ajudar na elaboração dos mesmos.

ARTETERAPIA
Cores da Vida
Ano 16 - Volume 27 - Edição Especial - 2020

Como é possível ver nos vários mitos de criação das mais variadas tradições ancestrais, todo momento de criação, de origem é precedido por um caos. Do caos se organiza o cosmos. Assim também muitos podem estar vivenciando a pandemia, como um momento caótico de sentimentos que se misturam, dúvidas que confundem, incertezas que trazem ansiedade, insegurança e mudanças bruscas e variadas ao mesmo tempo. O caos que antecede toda criação está presente também no fazer artístico em si. E podemos potencializar essa capacidade de ordenar os elementos e reorganizar para dar forma, através da confecção de mandalas, que simbolizam o poder ordenador do Si-mesmo e podem ser realizadas nos mais diversos materiais, desde as sementes, como já foi citado anteriormente, como materiais secos, colagem, mosaico, bordado, lãs, etc. A confecção do "olho de Deus" originário do México em que utilizamos uma cruz feita de palitos de churrasco como suporte para a confecção de uma mandala feita de lã, num movimento rítmico, concentrado, que vai a frente e retorna atrás, pode ser interessante em seus aspectos como facilitador da ação desse centro organizador da psique.

Além das propostas artísticas, o uso de mitos e contos de fadas podem ser um excelente material nessas atuais circunstâncias como em qualquer outra, pois são construídos a partir de material simbólico semelhante ao que encontramos no inconsciente coletivo, são repletos de imagens primordiais, arquetípicas e, portanto funcionam como a arte, como ponte de comunicação no eixo ego-si-mesmo. Podemos pensar na utilização de alguns mitos, selecionados a partir do material simbólico apresentado pelo paciente, como forma de sensibilização ou de amplificação simbólica. Como é impossível compartilhar os vários mitos em sua íntegra no corpo deste artigo, vou citar apenas alguns exemplos e um trecho para servir de estímulo à pesquisa para leitura dos mesmos.

Todos os mitos que se relacionam a morte e renascimento através de uma transformação física, ou que apresentam cenas de desastres coletivos e reconstrução do mundo, e até mesmo aqueles em que um herói parte numa jornada, vai ao submundo ou entra na barriga de um ser e depois volta e com isso o seu mundo não é mais o mesmo em decorrência de suas ações e das provas que venceu, podem ser boas escolhas. Mas não há uma receita de bolo, pois a escolha vai ser feita com base no processo do paciente.

Como exemplo de mitos de morte e transformações, boas fontes estão na nossa tradição ancestral indígena, como o mito do guaraná, o mito da origem do milho, da origem da mandioca, enfim, esses circundam o tema do sacrifício de um indivíduo do povo, às vezes, num momento de muitas dificuldades, escassez para se transformar na nova fonte de vida e sustentação do povo.

"No dia seguinte, o menino queria comer mais castanhas. Como já sabia o caminho do Noçoquém, foi sozinho mesmo. Desta vez, o macaco viu o menino subir na castanheira. Bem escondido (...) armou o arco, disparou flechas. Caiu um montão de castanhas, e caiu o menino junto. (...) Ela encontrou seu filho sem vida nenhuma. Soprou, soprou. Nada. Aí chorou, chorou muito e triste, triste, chorou tanto! Mas da tristeza fez a força: (...) De você, faço a semente da planta mais poderosa que já se viu! E plantando a criança na terra, como que cantava: 'Grande será, curador dos homens! Todos terão de recorrer a você para acabar com as doenças, ter força na guerra, para ter força no amor. Grande será!' Primeiro, do olho esquerdo do menino, nasceu uma planta que não era forte. Era o falso guaraná (...) do olho direito, nasceu o guaraná verdadeiro (...) Dias depois, Uniaí foi ver a planta que criou. O guaraná estava grande, cheio de frutos. Debaixo do guaraná, encontrou seu filho, alegre, forte, lindo" (MAGALHÃES, 2014).

Há outros que tratam de dilúvios, como a história bíblica de Noé ou o mito guarani da terra sem males, entre outros. No fim, após a destruição da terra que foi condenada à grande inundação pela maldade dos habitantes ou por sua falta de obediência ao Criador, uma nova terra é oferecida aos sobreviventes, para que recomecem do zero.

Outro elemento simbólico, o de enfrentar o desconhecido, a morte do que não era mais útil e o renascimento transformado costuma se apresentar em mitos que narram à jornada do herói. A jornada do herói encontra-se simbolizada nos sonhos em toda fase da vida em que é preciso deixar antigos costumes, abandonar velhas atitudes, modos de viver que não são mais úteis e para isso é preciso muita energia psíquica, pois demanda deixar morrer esses aspectos obsoletos e ir de encontro ao desconhecido, ao inconsciente para trazer à superfície os novos valores essenciais nessa fase da vida. Sendo assim, diante de novos desafios e tantas mudanças que se apresentam aos indivíduos nesse momento de pandemia, pode ser que o herói precise enfrentar nova jornada, daí pode ser uma necessidade de algum dos pacientes passar por uma jornada heroica e entrar em contato com tais mitos pode ser interessante para seu processo. Nesse âmbito, temos acesso a muitos e bem variados mitos de herói. A mitologia grega é repleta deles, como Perseu e medusa, Héracles e os doze trabalhos, Teseu, Jasão e o mito dos argonautas, Belerofonte e a luta contra Quimera, Faetonte, Ulisses, Clitemnestra, entre outros (BRANDÃO, 2015).

Conclusão

Infinitas são as possibilidades de elaboração de propostas e escolha de mitos a serem partilhados no *setting* para que possamos auxiliar nossos pacientes a enfrentar, suportar e transformar o momento atual de isolamento social, doença e morte. Importante é ter em mente qual aspecto simbólico é necessário trazer à tona ou elaborar em cada caso. É somente a partir das questões de cada indivíduo e inserido no processo arteterapêutico em andamento, nas imagens primordiais e símbolos trazidos do inconsciente do próprio paciente é

que se vai delineando o caminho e as escolhas. Afinal, a psique tem um potencial inato de autocura e, portanto, independente de nossa intervenção, há uma dinâmica interna ocorrendo que precisa ser respeitada. Quem controla o processo é a própria estrutura psíquica do paciente. A partir dessa atividade energética que está ocorrendo em cada indivíduo, querendo ou não, é que nossa atuação deve ser pautada. Só assim teremos a possibilidade de sentir que seguramente estamos contribuindo num processo muito mais amplo do que o de lidar com as circunstâncias atuais, estaremos contribuindo para tornar ativo, através da criatividade, o eixo ego-Si-mesmo do indivíduo e, consequentemente, seu processo de individuação.

Dessa forma, estaremos deflagrando um processo que pode manter sua continuidade após o atual estado de crise que a pandemia trouxe, contribuindo para o autoconhecimento e a busca de sentido da vida por nossos pacientes pelo resto de suas existências.

Referências

BERNARDO, P. P. **A prática da Arteterapia: correlações entre temas e recursos: mitologia indígena e Arteterapia: a arte de trilhar a roda da vida**. 3. ed. São Paulo: Arterapinna Editorial, 2013a.

BERNARDO, P. P. **A prática da Arteterapia: correlações entre temas e recursos: temas centrais em Arteterapia**. 3. ed. São Paulo: Arterapinna Editorial, 2013b.

BRANDÃO, J. S. **Mitologia Grega, vol.III**. 21. ed. Petrópolis, RJ: Vozes, 2015.

BYINGTON, C. A. B. Símbolo, ritual e desenvolvimento da personalidade – Os símbolos da morte e sua elaboração no funeral dos Bororo e na psicoterapia. *In*: BYINGTON, C. A. B.(Org.). **Moitará I: O simbolismo nas culturas indígenas brasileiras**. São Paulo: Paulus, 2006.

DINIZ, L. Arte: linguagem da alma. *In*: MONTEIRO, D. M. R. (Org.). **Arteterapia: arquétipos e símbolos; pintura e mídia**. Rio de Janeiro: Wak Ed., 2009.

DINIZ, L. (Org.). **Mitos e arquétipos na Arteterapia: os rituais para se alcançar o inconsciente**. 2. ed. Rio de Janeiro: Wak, 2014.

HOLLIS, J. **Nesta jornada que chamamos vida: vivendo as questões**. São Paulo: Paulus, 2004.

JUNG, C. G. **A Natureza da Psique**. Obras Completas de C. G. Jung. Volume VIII/II. Tradução de Mateus Ramalho Rocha. 10. ed. Petrópolis, RJ: Vozes, 2013.

MAGALHÃES, A. L. Mito de origem do guaraná e do povo Sateré-Maué – Amazônia. *In*: DINIZ, L. (Org.). **Mitos e arquétipos na Arteterapia: os rituais para se alcançar o inconsciente**. 2. ed. Rio de Janeiro: Wak Ed., 2014.

NEGRO, M. (Org.). **Nós: uma antologia de literatura indígena.** São Paulo: Companhia das letrinhas, 2019.

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

VELEDA, G. M. O processo arteterapêutico como facilitador do encontro do sagrado. In: PHILIPPINI, A. (Org.). **Arteterapia em revista**. Rio de Janeiro: Wak Ed., 2008.

ARTETERAPIA
Cores da Vida
Ano 16 - Volume 27 - Edição Especial - 2020

13 – AINDA SOMOS OS MESMOS? UMA REFLEXÃO SOBRE ARTETERAPIA E TELESSAÙDE - DIRETRIZES EMERGENCIAIS NA CRISE DA COVID-19

Mires Najar[25]

Resumo: Embarcamos em um novo paradigma trazido pela Pandemia do Coronavírus, buscando planejar ações terapêuticas por meio virtual, que tenham sustentabilidade e possam eficazmente fazer a diferença no cenário onde a saúde mental de todos é preocupante. Os atendimentos online, ou remotos, resguardados por suas ações através das Diretrizes emergenciais, orientadas pela Associação Brasil Central de Arteterapia-ABCA e pela UBAAT-União Brasileira de Associações de Arteterapia, nos levam a refletir sobre os passos que estão sendo dados e onde eles nos levarão após o período da quarentena.

Palavras-chave: Arteterapia; Pandemia; COVID-19; Diretrizes; Telessaúde.

Are we still the same? Art therapy and telehealth in the covid-19 crisis - a reflection on the insertion of professionals and emergency guidelines

Abstract: We embarked on a new paradigm brought by the Pandemic of the Corona virus, seeking to plan therapeutic through virtual, actions that are sustainable and can effectively make a difference in the scenario where everyone's mental health is of concern. Online, or remote, services protected by their actions through the Emergency Guidelines, guided by the Central Brazil Association of Art Therapy (ABCA) and UBAAT-União Brasileira de Associações de Arte Terapia, lead us to reflect on the steps being taken and where they will take us after the quarantine period.

Keywords: Art therapy; Pandemic; COVID-19; Guidelines; Telehealth.

¿Somos todos los mismos? Una reflexión sobre Arteterapia y telessaùde - directrices de emergencia en la crisis del covid-19

Resumen: Nos embarcamos en un nuevo paradigma traído por la Pandemia del virus Corona, buscando planear acciones terapéuticas a través de virtual, que sean sostenibles y que efectivamente puedan hacer una diferencia en el escenario donde la salud mental de todos es preocupante. Los servicios en línea o remotos protegidos por sus acciones a través de las pautas de emergencia, guiados por la Asociación Brasil Central de Arteterapia (ABCA) y UBAAT- União Brasileira de Associações de Arte Terapia, nos llevan a reflexionar sobre los pasos que se están tomando y dónde Nos llevarán después del período de cuarentena.

Palavras-clave: Arteterapia; Pandemia; COVID-19; Guías; tele salud.

Não serei o poeta de um mundo caduco.
Também não cantarei o mundo futuro.
Estou preso à vida e olho meus companheiros.

[25]Bacharel em Artes Plásticas e Visuais-UFG, Arteterapeuta - AlquimyArt/FIZO, SP, Especialista em Psicologia Junguiana - Faculdade Ávila/ Núcleo do Cerrado-GO, Especializando em Reabilitação Cognitiva e Neuropsicologia Multiprofissional –Fac. Delta-CEAP-GO, atua em Arte-reabilitação no Centro Estadual de Reabilitação e Readaptação Dr. Henrique Santillo - Crer, em Goiânia, Goiás. Presidente da Associação Brasil Central de Arteterapia – De 2016/18 a 2018/2020 – Membro Avaliadora do Conselho Consultivo da Revista Científica de Arteterapia Cores da Vida. E-mail: miresnajar@hotmail.com Whatzzap: (62) 981148854. Instagram: @miresnajar_arteterapeuta. Lattes: http://buscatextual.cnpq.br/buscatextual/visualizacv.do?id=K4797823E1

ARTETERAPIA
Cores da Vida
Ano 16 - Volume 27 - Edição Especial - 2020

Estão taciturnos, mas nutrem grandes esperanças.
Entre eles, considero a enorme realidade.
O presente é tão grande, não nos afastemos.
Não nos afastemos muito, vamos de mãos dadas.
Não serei o cantor de uma mulher, de uma história,
não direi os suspiros ao anoitecer, a paisagem vista da janela,
não distribuirei entorpecentes ou cartas de suicida,
não fugirei para as ilhas nem serei raptado por serafins.
O tempo é a minha matéria, do tempo presente, os homens presentes,
vida presente.
"Mãos dadas" – Carlos Drummond de Andrade (2012)

De onde vem isso, para onde iremos agora

Iniciamos essa reflexão fazendo alusão ao artigo de Raphael Luiz de Araújo (2020), um dos tradutores de Albert Camus no Brasil, que nos fala da peste negra na história da humanidade, quando relata sobre a epidemia e as grandes batalhas coletivas contra as incertezas, o isolamento, as dores e perdas ocasionadas pelo sofrimento e o desconhecido. Foi causa de uma das maiores mortalidades na Europa no século XIV provocada pelo bacilo *Yersinia pestis* e deflagrada a partir do ano de 1346/53. Camus escreveu sobre esses fatos recriando metáforas políticas e sociais, em seu livro A Peste, escrito em1948, onde narra o terror, sobrevivência e resiliência humana.

Em alguma parte de seus escritos, Camus (1948 apud MORIN, 2020), relata que já não havia destinos individuais, mas que havia uma história coletiva advinda da peste e que os sentimentos eram por todos compartilhados como também os hábitos foram se transformando e o cenário ao redor daquela população onde famílias inteiras foram dizimadas e o perigo nas ruas era eminente.

De algum modo, estamos na mesma situação, outros tempos, velhos hábitos, novos cenários, menos reflexão, até que somos assolados também por algo que vem de forma arrebatadora nos trazer o caos, e que apesar de toda revolução tecnológica e conhecimento científico, nos impõe o medo e a falta de ação momentaneamente.

O impacto causado pela pandemia do novo coronavírus mudou a rotina e os hábitos de todos, provocando o medo, a insegurança e a incerteza.

A COVID-19 é uma doença causada pelo coronavírus SARS-CoV-2, que apresenta um quadro clínico que varia de infecções assintomáticas a quadros respiratórios graves.

Segundo a OMS, a transmissão da Covid-19 acontece de uma pessoa doente para outra ou por contato próximo por meio de: toque do aperto de mão; gotículas de saliva; espirro; tosse; catarro; objetos ou superfícies contaminadas, como celulares, mesas, maçanetas, brinquedos, teclados de computador etc.

Traz sintomas como febre, falta de ar, dor de garganta, desconfortos físicos e neurológicos, não se limitando às vias aéreas e aos pulmões — boa parte do corpo pode ser afetada.

Passamos a ter um autocuidado, a nos confrontar com a paciência, enfrentar momentos de solidão compartilhados; estranho isso, mas de repente nos encontramos conosco e com outros sem nos tocarmos, com parte de nossas faces cobertas, onde a palavra, o verbo está mais sufocado e o olhar se torna mais evidente.

Um vírus que veio trazer o enfrentamento do desamparo, da solidão, de comportamentos inadequados, medo, raiva, violência e muito sofrimento emocional, fragilizando ainda mais o que já estava adoecido.

Foi preciso criar estratégias de sobrevivência e nos munimos de recursos internos para esse enfrentamento, desigual, mas incapaz de nos tirar a resiliência, essa capacidade inerente aos seres vivos, que nos possibilita sair do sofrimento munido de uma força maior para o enfrentamento das circunstancias dolorosas.

E como enfrentar essa mudança que afetou cada um de nós e cuidar ao mesmo tempo do outro foi a primeira indagação movidos pelo desejo de poder atuar de uma maneira segura, levando adiante um trabalho que poderia continuar através da conexão virtual, munidos da crença da capacidade criadora e potencialidade humana nos momentos de crise.

E como profissionais de saúde, nós, arteterapeutas, pensamos o ser humano: em sua totalidade e capacidade de dialogar com essa outra linguagem, nesse outro caminho que vem nos possibilitar entrar em um *modus operandis* ainda pouco conhecido, que nos faz repensar e compreender realmente quem somos, o que estamos fazendo, como facilitadores que utilizam das artes e da criação como ferramentas para a transformação.

Fundamentamos nossas reflexões na AATA - Associação Americana de Arteterapia (2020), que lançou alguns artigos relacionados a prática online durante a pandemia pela Covid-19. Arteterapeutas americanos já haviam praticado essa modalidade em situações de calamidade, inclusive também quando da epidemia do Ebola. Trouxemos tópicos do IASC (2020), do guia preliminar de como lidar com aspectos psicossociais e de saúde mental referente ao surto de Covid-19, de março de 2020, onde traz os princípios básicos para emergências

humanitárias, contribuindo nos aspectos da deficiência, no apoio aos idosos e atividades para crianças, como também trata de SMAPS (Saúde Mental e Apoio Psicossocial) para adultos em isolamento/quarentena.

Trouxemos as discussões para nossa associação e fomos ampliando as informações, em boletins diários, em redes sociais criadas para esse suporte e em uma rede de comunicação entre as associações regionais de Arteterapia e UBAAT (2008), (para que se concretizasse e formalizasse nossas Diretrizes).

Acreditamos que ao entrarmos em um mundo virtual, pretendemos o encontro do outro para que aconteça a reconexão e a prática arteterapêutica nesse novo contexto operacional, levando o cuidado, atenção à saúde mental e necessidades básicas para a organização e a reconstrução do ser em uma situação ainda pouco conhecida. Acreditamos que esse é o meio atual disponível encontrado por nós que cuidamos, que acolhemos, que plantamos a semente do desenvolver e do auxiliar quem está do outro lado desse mesmo caminho partido, isolado, distante, que propomos a novamente nos encontrar criativamente através dessa comunicação.

Será a conexão virtual um novo encontro do homem com seu modo de agir, cuidar e ver o outro após passarmos por essa pandemia? Qual o impacto para os arteterapeutas após os atendimentos online, se relacionarmos o significado da ampliação de possibilidades para o profissional quanto a sua atuação no mercado, atualizações, visibilidade, conectividade, intervenções e mudanças no alcance do conhecimento das práticas, objetivos e reconhecimento da profissão?

Refletimos também sobre a conformidade versus a busca de soluções palpáveis e reiteramos isso nas palavras do poeta Thiago de Mello (2017 apud GLOBALBLOG, 2020): “Não tenho caminho novo/ o que tenho de novo é o jeito de caminhar./ Mas com a dor dos deserdados/ e o sonho escuro da criança que dorme com fome/ aprendi que o mundo não é só meu./ Mas sobretudo aprendi/ que na verdade o que importa/ antes que a vida apodreça/ é trabalhar na mudança do que é preciso mudar/ cada um na sua vez/ cada qual no seu lugar”

E absorvemos amorosamente a concretude dessa realidade.

Podemos caminhar durante o isolamento?

Trazemos nesta reflexão sobre a Pandemia da Covid-19, comentários sobre as Diretrizes e Normas da Associação Brasil Central de Arteterapia-ABCA e da União Brasileira de Associações de Arteterapia-UBAAT (2008), que veem fornecer aos nossos profissionais, orientações básicas, elaboradas para a continuidade dos serviços relacionados aos arteterapeutas no Brasil. Foram realizadas de acordo com o parecer de todas as treze afiliadas regionais, tendo com isso a autorização aliada à idoneidade, competência e compromisso para com a profissão.

Essas orientações para os atendimentos virtuais são pautadas principalmente pelo registro do profissional em uma associação regional como também pelo cumprimento ao Código de Ética do Arteterapeuta para que todo o processo se desenvolva com responsabilidade ao cliente contemplando também os cursos de Formação em Arteterapia de maneira que continuem avançando no proposito de, enquanto durar o isolamento/distanciamento social, possam ter suas aulas acontecendo sem prejuízo ao aluno.

Buscamos também aprofundar um pouco sobre essa mudança que está acontecendo e o lugar que se encontra esse profissional neste cenário onde a criatividade aliada a necessidade de estarmos juntos novamente continua nos alimentando e como sobreviveremos a essas transformações que veem para trazer também algo de positivo para todos.

Como um ser virtual na Arteterapia

Nossa primeira providência, após discutirmos o efeito da Pandemia em nossos atendimentos e o impacto sobre as pessoas em sofrimento e sem condições de sair de suas casas devido ao isolamento social, foi criar as orientações pertinentes a partir do manifesto da UBAAT (2008), para a paralisação dos atendimentos, seguindo os avisos de segurança e decretos da OMS, (2020) e do governo.

Diz parte do texto: *“... recomenda-se o adiamento de todas as atividades em grupo, e a restrição significativa aos atendimentos individuais presenciais por tempo indeterminado, de forma a minimizar os desdobramentos dessa situação. Sugerimos o suporte aos clientes através de vídeos e/ou textos objetivos, eficazes e encorajadores sobre criatividade, artes, cultura, espiritualidade, cuidados com a saúde e bem-estar, e que sejam feitos, caso necessários, contatos emergenciais por videoconferência.”*

Até então, muito se discutiu para que todas as informações e orientações aos Arteterapeutas pudessem abarcar também os cursos de formação, pós-graduação em andamento, assim como estágios e supervisões.

Criaram-se então as Diretrizes pela Associação de Arteterapia do Rio de Janeiro - AARJ e foi adaptado pela Associação Brasil Central de Arteterapia – ABCA, contando ainda com as contribuições das associações de Arteterapia regionais, através de seus associados, e dos integrantes do conselho da UBAAT (2008), para uso durante o período da quarentena: “*Considerando que: as formações em Arteterapia nos cursos credenciados pela UBAAT e pelo MEC necessitam avançar na formação do Arteterapeuta e de acordo com as Diretrizes Nacionais da Educação – MEC - BRASIL indicamos as seguintes orientações e diretrizes: a) Ministrar aulas de conteúdo teórico, virtuais, modalidade remota, quando houver interesse da instituição cadastrada nas associações e de*

seus alunos, em casos 20% da carga horária, enquanto perdurar o isolamento social. Casos específicos deverão ser resolvidos na gestão do curso. b) A coordenação do curso deverá comunicar à Associação estadual a alteração da grade curricular durante este período. c) Os estágios devem ser SUSPENSOS, pois demandam procedimentos de exclusividade presencial".

Em relação aos atendimentos online, decidiu-se que a continuidade destes, requereriam critérios um pouco mais descritivos, pelo caráter das intervenções e abrangência que alcançariam, como o registro profissional em dia, a criação de um cadastro preenchido pelo profissional para sua associação, se pautar pelo Código de Ética dos arteterapeutas, o cuidado com o sigilo e a segurança do atendido, quanto da plataforma digital com os devidos cuidados de segurança. Dentre esses consideramos de suma importância:*"e) Informar ao cliente sobre os alcances e dificuldades (as limitações dessa modalidade de atendimento, com especial atenção aos riscos de invasão de privacidade) e obter a concordância expressa (mediante termo de consentimento informado, que poderá ser realizado por e-mail ou mensagem por meio digital) em que o cliente, ou o responsável por ele, autorize essa modalidade de atendimento e assuma responsabilidade solidária, e fiel no cumprimento das ações por parte dele para evitar a perda de privacidade durante e após as sessões*

A ética do profissional tem sido muito discutida nos âmbitos dos atendimentos remotos. Em todos os setores profissionais, existe a preocupação em relação a essa questão.

O número de profissionais que estão aderindo a essa modalidade, causa certo efeito de cuidado e atenção. Com essas normativas espera-se que os arteterapeutas estejam de acordo e sigam guiados por essa responsabilidade e possam se sentir respaldados pelas entidades que os representam.

A partir da criação das Diretrizes Nacionais de Atendimentos Arteterapêuticos Mediados por Tecnologias de Informação e Comunicação – TICs podemos dizer que as orientações, referem-se à utilização dessas, "por arteterapeutas para atendimentos em Arteterapia em regime emergencial, no período de quarentena, isolamento social e distanciamento social em razão do COVID-19, Corona vírus, em todo o território brasileiro. Na literatura internacional especializada da Arteterapia, foram encontrados artigos relacionados às TICs e a intervenções em momentos de crise, bem como recomendações e outras diretrizes em relação ao momento atual referente à pandemia do Corona vírus".

Onde se pretende flexibilizar quanto às mediações desses atendimentos, devido a longevidade da situação emergencial, discriminando e enfatizando algumas normas que possam ser realizadas com maior eficácia, segurança, confidencialidade, qualidade técnica quanto à comunicação, ao ambiente, possíveis apoios de cuidadores e/ou familiares no ambiente a ser trabalhado com o cliente.

Abrange também o cuidado à saúde do profissional, as supervisões e terapias pessoais, buscando o autocuidado por se tratar de momentos de crise quanto de mudanças gerais em que estão incluídos, ocasionando possíveis desgastes e traumas emocionais.

Talvez o impacto da nova situação tenha sido o gatilho para uma possibilidade que até então se desenhava. Em alguns países já vinha acontecendo o telessaúde. Para nós, arteterapeutas que lidam com o romper de limites e a criatividade em um setting terapêutico, foi preciso pensar além dos recursos, buscar meios que pudessem assegurar a prática e as ferramentas com critérios e planejamento das ações com maior segurança.

Entendemos que a ética é fundamental, em todos os meios, no mundo digital, é imprescindível em relação à politica de proteção, procedimentos e relacionamento terapêutico. Foi pensando em atender a uma demanda dos arteterapeutas quanto a necessidades de clientes em busca do alívio e suporte ao período da quarentena, que foi discutido entre as associações regionais de Arteterapia, as questões de como nos colocaríamos, qual seria o impacto da tecnologia para os terapeutas que lidam em suas intervenções com o mundo do imaginário, fantasias, projeções, percepções sensoriais, motoras, auditivas, visuais, olfativas, metáforas, símbolos, imagens, texturas, no processo criativo e emocional do seu cliente do outro lado da tela.

As mídias sociais são facilitadoras das relações interpessoais e pelo aprendizado, além do que contribuem hoje mais do que nunca, para que os membros das associações e simpatizantes tenham uma participação ativa. Faz-se necessário a compreensão dessas mídias, no contexto social, respeitando a identidade e a autoexpressão de cada participante.

Essa nova realidade que nos trouxe a pandemia da Covid-19, abriu discussões nas associações de Arteterapia e pela UBAAT (2008) sendo necessário um trabalho de equipe, com urgência pelas medidas a serem implantadas; ao mesmo tempo em que nos impactávamos com a seriedade do isolamento das necessidades humanas, fomos construindo a nossa rede para o apoio, com definições claras, possíveis, desafiando estigmas preexistentes, nos inspirando, compartilhando ideias e sentimentos na tentativa de efetivar as diretrizes com amplitude de recursos cabíveis ao nosso oferecimento e capacidade profissional de arteterapeuta.

As diretrizes criadas devolveram-nos também a esperança, a comunicação de áudio e vídeo proporcionada por meios eletrônicos, diminuiu a distancia. Trouxeram com mais segurança dos atos normatizados, as videoconferências, as lives, que puderam e estão contribuindo com as discussões em torno da profissão, reconhecimento, práticas, temas sobre intervenções, pesquisas, abrindo espaço também na sociedade, criando laços terapêuticos, unindo pela mídia, profissionais e competências, discutindo essa relação que envolve as práticas na telessaude.

ARTETERAPIA
Cores da Vida
Ano 16 - Volume 27 - Edição Especial - 2020

De repente, da arte se fez uma tela...

Tele atendimento, telessaude, atendimento on-line, atendimento remoto, atendimento a distancia, virtual, vídeos conferencias, reuniões de grupos terapêuticos por plataformas digitais, lives, telecursos, seja qual for o termo, nossa realidade mudou, de nossos clientes também. Precisamos passar por uma pandemia como a da Covid-19, para conhecermos esse outro universo de uma forma bastante desconfortável, mas não menos eficiente e necessária ao momento atual. Segundo Tavares (2020), *"A arte é a mãe de todas as formas de criações. A própria ciência é dependente e filha da arte como ato subjetivo: criação, possibilidade de imaginar, fantasiar. Beber da arte em sua pluralidade de linguagens e formas é o que pode nos proporcionar alguma leveza de existência neste momento".*

E a partir da arte, desenvolve-se a esperança. Ainda assim nos deparamos com as dificuldades, inexperiências, mudanças.

Conjecturamos sobre essas questões também ao adequarmos perfis a serem alcançados. Como seria levar essa tecnologia para clientes idosos, crianças, deficientes físicos ou neurológicos, se pensarmos nas atividades de Arteterapia que necessitam de apoio de terceiros? São questões ainda sendo discutidas, pensadas, mas que consideramos possível e estamos trabalhando para que aconteçam com critérios desejáveis às demandas apresentadas, individualmente.

Como o arteterapeuta está lidando com isso, como adequar sistematicamente essas normas, diretrizes, contratos terapêuticos, sigilo e segurança, cumprir com nosso código de ética e transbordar criatividade, técnicas, conhecimento a distância, num re-elaboramento e reconstrução de tudo que já foi apreendido, para o alcance de uma demanda que urge, que nos impulsiona a continuar atendendo.

No inicio com alguma insegurança, pelo receio de interrupções, riscos/benefícios dessa prática, falta de conhecimento da tecnologia tanto pelo profissional quanto pelo cliente e a não adesão do atendido. A necessidade da troca entre profissionais, a distancia encurtada pelas imagens de uma tela e pelo alcance das palavras.

Com essa nova modalidade de atendimento, pairam muitas dúvidas quanto a eficácia da virtualidade em relação ao atendimento presencial, devido as incertezas diante do conhecimento versus vulnerabilidade do momento. Em seu artigo intitulado: Um Festival de incertezas, Edgar Morin, 2020 (apud Camus 1948), nos fala sobre a imprevisibilidade:

"Os conhecimentos multiplicam-se exponencialmente de tal forma que ultrapassam a capacidade de nos apropriarmos deles; lançam, sobretudo, um desafio para a complexidade: como confrontar, selecionar, organizar os conhecimentos de forma adequada, ao mesmo tempo religando-os e integrando as incertezas. Para mim, isso revela mais uma vez a insuficiência do modo de conhecimento que nos foi inculcado, que nos faz separar o que é inseparável e reduzir a um único elemento aquilo que é ao mesmo tempo uno e diverso. De fato, a importante revelação dos impactos que sofremos é que tudo aquilo que parecia separado está conectado, porque uma catástrofe sanitária envolve integralmente a totalidade de tudo o que é humano."

Acreditamos que a arte nos auxilia para o desenvolvimento da resiliência, quando subjetivamente nos prepara para o desconhecido através das experiências anteriormente desenhadas da realidade, viabilizando pela imaginação o enfrentamento quanto a força para o encontro dos desafios (DISSANAYAKE,1988).

O arteterapeuta trabalha a materialidade, a capacidade de abstrair das cores, forma a essência que flui entre gestos, atitudes, palavras, o não dito, o olhar, as circunstancias; assim nos tornamos nessa nova maneira de estar com nossos clientes e alunos, um facilitador que a distancia, poderá aprofundar um pouco mais seu olhar, buscando ainda, sobretudo o vínculo e a confiança para que a virtual realidade seja eficaz para alcançar o outro em seu ambiente.

Às vezes é necessário pensar sobre a flexibilidade de um ambiente assíncrono, ou seja, clientes ou alunos podem acessar as atividades em outro momento, o que pode ajudar a aliviar o estresse e incentivar a participação, mesmo não tendo o engajamento ou motivação quanto os realizados de forma síncronas, usados responsivamente de maneira imediata, com maior envolvimento das partes, numa interação de forma real embora representem desafios técnicos e logísticos.

Os desafios quanto ao manejo dos materiais, dificuldades do cliente para o acesso digital, o foco no fazer, o espaço físico, a elaboração e a ressigficação, o que pode ser realizado dentro dos parâmetros conduzidos, faz surgir assim também um novo terapeuta. Segundo a AATA (2020), em "edição de 9 de abril da *Art Therapy Today*, nos aprofundamos na transição para a telessaúde, que os leitores identificaram como o ajuste mais desafiador nessa pandemia. Quando perguntados sobre qual aspecto da transição para os respondentes de telessaúde foi o mais desafiador, mais de um quarto (28%) relatou a incorporação de materiais de arte. Quase um em cada cinco entrevistados (19%) identificou o estabelecimento de limites entre as atividades profissionais e domésticas como seu principal desafio. Os entrevistados também citaram a falta de espaço pessoal para telessaúde longe das distrações em casa (14%) e a falta de acesso ou conhecimento de tecnologia de seus clientes (14%) como outros desafios" (traduzido do Google tradutor).

Desde 2018 vem se falando em terapia online. Mas para o arteterapeuta é algo novo e torna-se um grande desafio também se pensarmos nos serviços online de qualidade. A nossa conexão de internet ainda é falha e isso

compromete a eficácia dos atendimentos. Mesmo usando plataformas já conhecidas, estas não conseguem atender de forma satisfatória a necessidade de um procedimento de saúde para alcançar pessoas que vivem em locais mais afastados, no interior do país, onde a falta de infraestrutura poderia comprometer os atendimentos, deixando o cliente sem apoio em momentos mais delicados e urgentes durante a terapia.

São reflexões que poderemos continuar discutindo sobre os aspectos funcionais e relevantes que estarão sendo relacionados a essas práticas como também ir adequando de acordo com as experiências diárias, para que sejam feitas com qualidade.

Continuamos lidando ainda nesse momento com nossas próprias lutas, sejam elas no trabalho, pessoal ou familiar e podemos refletir que é necessário o autocuidado para acolher, cuidar de pessoas que estão também nas mesmas situações, que dependem do apoio dessa rede para conseguir estar melhor com seus problemas de saúde sejam eles de ordem mental, social ou física em seu cotidiano doméstico, no distanciamento de tudo e de todos, como também profissionais que estão trabalhando com a pandemia em hospitais, na linha de frente dos atendimentos contra o Corona vírus.

Assim como qualquer outra pessoa, ele também deve olhar para sua saúde mental. Profissionais que estão ou não na linha de frente no combate à Pandemia enfrentam situações de risco, estigmas, medo e necessitam desse cuidado. O atendimento por um terapeuta que cuide e o acolha nesse momento é essencial.

Não iremos entrar em outras questões, trazidas por essa quarentena, mas sabemos o quanto tem sido difícil para muitas famílias esse estar junto, de uma maneira obrigatória com pessoas antes de pouco convívio familiar e até mesmo colocadas em risco de vida no próprio ambiente domestico. São questões a serem debatidas se pensarmos que ao entrar nesse ambiente, estaremos impactando situações e até mesmo não tendo a receptividade necessária para que aconteça a terapia.

Criatividade e cuidado se conectam ao isolamento para a livre expressão

A criatividade é acima de tudo a ferramenta e a substância necessária para nos conectar com sensibilidade ao encontro do outro, como parte inerente ao ser humano, que a arte seja uma aliada a essa invenção eletrônica social. “O potencial criador elabora-se nos múltiplos níveis do ser sensível-cultural-consciente do homem, e se faz presente nos múltiplos caminhos em que o homem procura captar e configurar as realidades da vida. Os caminhos podem cristalizar-se e as vivências podem integrar-se em formas de comunicação, em ordenações concluídas, mas a criatividade como potência se refaz sempre. A produtividade do homem, em vez de se esgotar, liberando-se, se amplia”. (Ostrower 1993, p.10),

São propostas que parecem ser permanentes e caminham de acordo com interesses, aptidões, afinidades e desenvolvimento de cada um, necessidades criativas e significativas que determinam nossa capacidade de dar, doar e receber de acordo com o potencial inerente ao ser.

A vida mudou. Não sabemos ainda o que virá pela frente, mas sabemos que como profissionais que visam o cuidado e o compartilhamento de ações para o bem estar do nosso cliente e capacitação de alunos, estamos colocando em prática o que é essencial ao momento, ao que estamos passando e da forma que temos para alcançar o outro agora de maneira diferente.

Mas talvez seja esse o renascimento de uma época. Uma reentrada ao mundo digital a serviço da humanidade, o que é um paradoxo se avaliarmos isso há alguns meses atrás, onde se dizia o contrário.

O cuidado com o ar que respiramos e o que tocamos, hoje são os diferenciais à nossa sobrevivência. Paramos nosso tempo e vivemos à revelia do tempo indeterminado para a descoberta de uma saída.

Estamos privados do contato pessoal, dos abraços, dos rituais familiares, religiosos, sociais, acarretando à nossa saúde mental alguns danos pela brusca mudança da perda da autonomia e liberdade.

Cabe ao arteterapeuta a facilitação desses meios para que haja a decodificação das emoções, sentimentos e expressões que possa auxiliar seu cliente a compreender, alinhar esse processamento durante e após as elaborações do outro lado da tela.

Esse desenvolvimento no relacionamento da comunicação incentiva, tanto na escuta quanto nas atividades realizadas, em uma troca que é determinante para que seja obtido uma relação terapêutica desejável para o processo em andamento.

Adaptação seria uma das maiores conquistas para o cliente, a capacidade de adequar-se pode ser um fator a ser considerado, também para o terapeuta se integrar a essa modalidade e ter que encontrar nos meios digitais o reforço do vinculo, do acolhimento e facilidades nas intervenções.

A pandemia do novo Corona vírus talvez tenha chegado em um momento da humanidade necessitada de tempo, necessitada de um olhar, de uma capacidade de criar e recriar novas conexões e paradigmas

Enquanto isso, a vida também segue.

Isolados, tentamos nos emergir a qualquer custo, visualizando com menos temeridade, saídas também capazes de nos auxiliar a nós mesmos e aos outros.

Enquanto houver tempo, houver vida, nossa história se amplia

ARTETERAPIA
Cores da Vida
Ano 16 - Volume 27 - Edição Especial - 2020

Há muito ainda a ser considerado, discutido, apreendido, estamos fazendo um novo trajeto e não somos os únicos. Nosso mundo, nossas vidas, tudo está sendo remodelado. Paramos diante de algo que nos fez olhar para o quando, o que está acontecendo e o que fazer. Um processo vivenciado para ser refletido sempre, pois o amanhã pode ser o agora.

A aplicabilidade dessas ferramentas na Arteterapia ainda não foram devidamente analisadas, acreditamos que estudos e pesquisas virão, para sabermos determinar a relevância, resultados ao longo dessa quarentena e quem sabe, dar continuidade em assistência a pessoas impossibilitadas fisicamente ou em regiões distantes desse atendimento específico ampliando a ação dos profissionais.

Talvez em pouco tempo tenhamos as respostas sobre o impacto desses acontecimentos e mudanças, o que será aproveitado das ferramentas e se serão implementadas outras possibilidades, incorporando novos métodos que podem vir a ser utilizados pelo Arteterapeuta, se pensarmos além da pandemia, seria esse um novo caminho à inclusão e um meio criativo e terapêutico de cuidar à distancia.

Contribuições sendo criadas para que envolvam o compromisso de assegurar a seriedade e qualidade do que é realizado para ser implementado com êxito.

Refletimos sobre as palavras de Ciornai(1995), quando fala do resgate da criatividade, ela coloca a possibilidade do ser humano realizar e acolher-se , organizando sua própria existência , sendo assim o "sujeito de sua própria história e de sua própria vida".

Segundo a Associação Brasil Central de Arteterapia ,*"o momento é de pensar no coletivo, com ética e responsabilidade, assim construiremos gradualmente soluções criativas no enfrentamento desta crise, pois temos a arte como instrumento potencial de renovação, transformação e novas possibilidades de vida" (Nota Oficial ABCA/COVID-19).*

Para o Arteterapeuta, acreditamos que o caminho se amplia se transforma e o profissional se torna aprendiz de outro tempo, de novas histórias; redesenha e cria para si e para os outros, redescobre o amanhã amparado pelas cicatrizes do hoje.

Portanto, deixamos aqui registrado um cenário em reconstrução.

Referências

AATA - AMERICAN ART THERAPY ASSOCIATION. Disponível em: https://arttherapy.org/blog-a-message-from-aata-president-during-coronavirus/, acesso em 30 de maio de 2020.

ARAÚJO, R. L. 'A peste' e o recomeço do olhar. Disponível em: https://revistacult.uol.com.br/home/a-peste-e-o-recomeco-do-olhar/ , 26 de março de 2020.

CIORNAI, S. Arte-terapia: o resgate da criatividade na vida. In: CARVALHO, M. M. M. J. (Org.). **A arte cura? Recursos artísticos em psicoterapia**. Campinas, SP: Editorial Psy II, 1995. p. 59-63.

DISSANAYAKE, E. 1988. **O que é arte?** Seattle (WA): University of Washington Press.

IASC - Inter Agengy Satnding Committee. **Guia preliminar - como lidar com aspectos psicossociais e de saúde mental referentes ao surto de Covid-19**, Versão 1.5, 03/2020.

GLOBALBLOG, Publicado em 25 de junho de 2017, acesso em junho/2020, disponível em https://blog.globaleditora.com.br/joias-da-global/thiago-de-mello-um-jeito-novo-de-caminhar-pra-sempre/

MINISTÉRIO DA SAÚDE, 06/2020. Disponível em: https://coronavirus.saude.gov.br/sobre-a-doenca#servico-de-saude,

CAMUS. A apud MORIN, E. **Um festival de incerteza**. Instituto Humanitas, junho/2020. Disponível em: http://www.ihu.unisinos.br/78-noticias/599773-um-festival-de-incerteza-artigo-de-edgar-morin

TAVARES, L. A. Todesqui, Subjetividade. Saúde, Art na atualidade de pandemia e isolamento social, 2020, disponível em: https://www.estadao.com.br/infograficos/saude,pausa-para-se-reconectar-com-quem-somos-e-com-nossos-sonhos,1089380

ANDRADE, C. D. apud THIMOTEO, S. G. **Um professor lê**. Disponível em: http://www.umprofessorle.com.br/2018/03/31/maos-dadas/ acesso em 31 de mar. de 2018

UBAAT. Contribuição da Arteterapia para a Atenção Integral no SUS, 2017. Disponível em **http:/www./ubaatbrasil.com**

_____. Código de Ética dos Arteterapeutas: 2008. Disponível em: **http:/www./ubaatbrasil.com**

OSTROWER, F. Criatividade e processos de criação. 9. ed. Petrópolis, RJ: Vozes, 1993. 187 p. Ilus. Disponível em: http://www.faygaostrower.org.br/livro3.php

ARTETERAPIA Cores da Vida

Ano 16 - Volume 27 - Edição Especial - 2020

14 – ARTETERAPIA PROMOVENDO RESPIROS EM TEMPOS DE INCERTEZAS

Andréa Graupen[26]
Karla Galvão Adrião[27]

Resumo: Este artigo pretende discutir sobre o contexto da pandemia da COVID-19 e o que esta enfermidade revela enquanto metáfora que expande desigualdades e violências coloniais perpetradas em nossa sociedade, micro e macro politicamente. Enquanto vírus que se espalha pelo sistema respiratório, o coronavírus tem como sintoma preponderante, nos casos mais graves, a dificuldade respiratória, tornando difícil o simples ato de respirar. Essa segunda metáfora será trazida para refletirmos sobre a possibilidade de realizarmos uma 'fisioterapia respiratória através das artes', tendo os processos de criação como vetores das capacidades de presença, de expansão e de contração. Serão discutidas ainda noções como as de incerteza, de vazio, de natureza e de casa, para dialogarem com as noções de arte e de criação. Além disso, tomaremos de empréstimo a Grada Kilomba (2020a) o conceito de "descolonização das artes", de forma a refletir sobre a Arteterapia enquanto lócus de resistência ao pensamento instituído, fazendo fissuras no mesmo, e possibilitando a construção de outras possibilidades. Esta relação entre arte e política vai ser trazida a partir da noção de estética da existência. Além disso, trataremos do lugar da escrita de si e da poesia particularmente, como exemplos de elementos expressivos que permitem a abertura de possibilidades que desobedeçam às normas vigentes e excludentes, e abram possibilidades para o ato de criar novas linguagens, novas narrativas mais libertárias.

Palavras-chave: Arteterapia; COVID-19; subjetividades; artes; escrita de si.

Art therapy promoting breaths in times of uncertainties

Abstract: This article aims to discuss the context of the COVID-19 pandemic and what this disease reveals as a metaphor that expands inequalities and colonial violence perpetrated in our society, micro and macro politically. As a virus that spreads through the respiratory system, the corona virus has as a predominant symptom, in the most severe cases, respiratory difficulty, making the simple act of breathing difficult. This second metaphor will be brought to reflect on the possibility of carrying out a 'respiratory physiotherapy through the arts', with the processes of creation as vectors of the capacities of presence, expansion and contraction. Notions such as uncertainty, emptiness, nature and home will also be discussed in order to dialogue with the notions of art and creation. In addition, we will borrow from Grada Kilomba (2020a) the concept of "decolonization of the arts", in order to reflect on art therapy as a locus of resistance to instituted thinking, making cracks in it, and enabling the construction of other possibilities. This relationship between art and politics will be brought from the notion of aesthetics of existence. In addition, we will deal with the place of writing itself and of poetry particularly, as examples of expressive elements that allow the opening of possibilities that disobey the current and excluding norms, and open possibilities for the act of creating new languages, new more libertarian narratives.

Keywords: Art therapy; COVID-19; subjectivities; Arts; self writing.

Arteterapia promueviendo respiraciones en tiempos de incertidumbres

Resumen: Este artículo tiene como objetivo discutir el contexto de la pandemia de COVID-19 y lo que revela esta enfermedad como una metáfora que expande las desigualdades y la violencia colonial perpetradas en nuestra sociedad, micro y macro políticamente. Como un virus que se propaga a través del sistema respiratorio, el virus corona tiene como síntoma predominante, en los casos más graves, dificultad respiratoria, lo que dificulta el simple acto de respirar. Esta segunda metáfora se reflejará en la posibilidad de llevar a cabo una "fisioterapia respiratoria

[26] Psicóloga, arteterapeuta, mestra em Ciências das Religiões pela Universidade Federal da Paraíba e coordenadora da Traços - Estudos em Arteterapia na cidade do Recife. Endereço para correspondência: Rua Marechal Rondon, 256. Casa Forte, Recife- PE. e-mail: andreagraupen@yahoo.com.br

[27] Psicóloga, arteterapeuta, doutora em Ciência Humanas pela Universidade Federal de Santa Catarina e professora de Psicologia na Universidade Federal de Pernambuco. Endereço para correspondência: Av. Inácio Monteiro, 1785/402, cordeiro, Recife-PE. e-mail: galvaoadriao@gmail.com

a través de las artes", con los procesos de creación como vectores de las capacidades de presencia, expansión y contracción. Nociones como la incertidumbre, el vacío, la naturaleza y la casa también serán discutidas para dialogar con las nociones de arte y creación. Además, tomaremos prestado de Grada Kilomba (2020a) el concepto de "descolonización de las artes", para reflexionar sobre la terapia del arte como un lugar de resistencia al pensamiento instituido, hacer grietas en él y permitir la construcción de otras posibilidades. Esta relación entre arte y política surgirá de la noción de estética de la existencia. Además, trataremos el lugar de la autoescritura y la poesía en particular, como ejemplos de elementos expresivos que permiten la apertura de posibilidades que desobedecen las normas actuales y excluyentes, y abren posibilidades para el acto de crear nuevos idiomas, nuevas narrativas más libertarias.

Palavras-clave: Arteterápia; COVID-19; subjetividades; Letras; autoescritura.

Introduzindo a questão

O tema da incerteza traz questões que nos provocam e nos convidam a pensar, a sentir e a mergulhar, desde sempre; e agora, com o contexto da COVID-19 e a situação de confinamento há mais de três meses tem gerado uma incerteza maior. Esta é fruto, macro socialmente das tensões geradas no contexto brasileiro, pelo panorama nacional de não governamentalidade, ou de uma governamentalidade com vias à instabilidade dos Estados-nação. Ou seja, formas de um governo de si, e sobre os outros, operadas individualmente, na família e pelo Estado, que produzem normas, regras, atos institucionais, relações de poder marcadas pelos governos na modernidade (FOUCAULT, 2008). No Brasil, e em alguns países como os Estados Unidos, o governo federal atuou frente ao contexto da COVD-19, sem se ater aos cuidados em saúde pública que uma pandemia requer, e preconizados pelas Organizações das Nações Unidas, gerando instabilidades econômicas e sociais e mais desigualdades e sofrimentos, principalmente, mas não apenas, das populações minoritárias e das classes trabalhadoras (AUGUSTO; SANTOS, 2020). Se, em algum momento, tivemos uma presunção de qualquer certeza sobre algo, nesse contexto parece que a mesma desmoronou. Existe uma sensação geral, descrita metaforicamente pelas pessoas, como estando sem ar, sufocadas/os em meio a tantas instabilidades.

A arte tem um lugar interessante e importante nesse cenário. Algumas pessoas têm recebido em seus canais de comunicação através de aplicativos, uma mensagem que diz o seguinte: “ficar sem AR TE sufoca”. A ambiguidade polissêmica da aparente separação de uma palavra – ARTE – gerando duas outras – AR e o conectivo possessivo TE, gera uma sensação em quem lê, de deslocamento, surpresa, e reconstrução de significados, que somente a escrita de si, a poesia e as ações artísticas em geral provocam. O texto informa, em suas entrelinhas, que a arte tem uma dimensão vital e, não estar em contato com ela, nos coloca em um estado de falta de ar, de uma sensação de sufocamento, provocada pelas incertezas que o contexto de adoecimento, medo e confusão micro e macro políticas e subjetivas, estão provocando em todas/os nós.

Este pequeno texto é muito bonito, muito interessante e muito potente, além de ser uma referência, um ponto de partida para o que buscamos discutir neste artigo. Porque se “ficar sem AR TE sufoca”, de que maneira a Arteterapia pode possibilitar um respiro para estas instabilidades e sofrimentos cotidianos? É sobre esse debate que pretendemos produzir alguns argumentos e questionamentos.

A incerteza no campo das artes aponta para o ato de criar, levando em conta as ambiguidades e as contradições, pois “a arte se alimenta do acaso, da improvisação e da especulação. Ela dá espaço ao erro, à dúvida e cria brechas, mesmo para as apreensões mais profundas, sem evitá-las ou manipulá-las (catálogo da 32ª Bienal, 2016, p.20)”. A incerteza pode ser associada, em muitos casos, à ideia de crise, mas é importante separar as duas noções, pois a incerteza é, sobretudo, “uma condição psicológica e afetiva, ligada a processos de tomada de decisão individuais ou coletivos, descrevendo os níveis variáveis de compreensão e dúvida em uma dada situação (Catálogo da 32ª bienal, 2016, p.21)”.

Não estamos tratando aqui de qualquer incerteza, em um sentido mais geral; estamos nos referindo a uma incerteza gerada em um momento muito específico de pandemia, que vai nos trazer imagens muito fortes de sufocamento, de falta de ar, em detrimento dos sintomas principais gerados pela própria doença, e pelo medo de contrair a mesma. É algo da ordem de um significante – o vírus -, que trata de uma relação de ataque e defesa em nossa maneira de compreendê-lo e de conviver com suas produções intersubjetivas; um significante que nos atinge no lugar/lócus da respiração, do ato de respirar e de suas implicações. É sobre esta e outras metáforas que queremos tratar neste texto, tomando as artes e a Arteterapia como possibilidades de recriação de caminhos nesses tempos sem precedentes.

Contextualizando e argumentando

Importante retomarmos o argumento já apontado, no início deste artigo, de que estamos tratando dessas questões dentro de um contexto de uma política nacional de desestabilização, que encara o desenvolvimento econômico como norte, em uma prática capitalista moderna, fundada em marcas coloniais de racismo

extremamente violento e excludente, que gera relações de raça, classe e gênero[28] (LUGONES, 2014) a partir de uma Necropolítica (MBEMBE, 2018); ou políticas da morte. Achille Mbembe se propõe a olhar para essas políticas como uma macroestrutura que está em operação nos países colonizados, de forma a compreender e colocar em evidência como se dá seu funcionamento, ou seja, através da soberania que gerencia mortes daqueles que são apontados como não humanos: os não brancos, com baixa condições sócio-econômicas.

A política do governo federal do Brasil, portanto, termina por estimular, numa lógica necropolítica, a morte de milhares de pessoas, sem levar em consideração os marcadores internacionais de cuidado e contenção do contágio pelo vírus da COVID-19, apostando em contrapartida, em práticas excludentes, que promovem o contágio, e que estimulam o fascismo e a xenofobia (AUGUSTO; SANTOS, 2020).

Este cenário macro político nacional vai, portanto, gerar nas pessoas uma incerteza maior, que soma e potencializa esse cenário de instabilidade intersubjetiva. O desamparo e encurtamento do futuro provocado pela insegurança, pela instabilidade de referências identitárias e pelo horizonte nebuloso que se configura, amplia nossas angústias (PINHEIRO,2020). Estudos sugerem um impacto significativo na saúde mental da população em geral, com aumento dos casos de ansiedade, estresse e depressão (SCHIMIDT et all, 2020) e patologias correlatas como o transtorno de pânico, e que os mesmos se relacionam ao contexto das incertezas em diversos níveis da vida, geradas pela pandemia.

O conceito de pânico nos leva a refletir sobre o deus da mitologia grega “Pan”, o Deus dos bosques, das grutas, uma divindade associada à ideia de horror, fazendo alusão a “um grito de horror” que ameaça e assusta as pessoas. Portanto, nesse contexto de temores, que geram fobias, é interessante recordar como, dentre os sintomas corporais associados ao próprio medo, temos a dificuldade de respirar. Quando sentimos medo, corporalmente o que fazemos é segurar/reter a respiração e não liberar o fluxo. Mas precisamos respirar, e, ao respirarmos permitimos que o ar entre em nosso corpo, enchendo nossos pulmões e liberando gases necessários à vida, para todos os órgãos e tecidos do corpo. Ao inspirar e expirar, permitimos que o fluxo se instale e que a vida prossiga.

O ato involuntário de respirar ganha mais consciência, nestes casos, quando algo não está acontecendo “normalmente”. Respirar se relaciona à noção de fluxo/fluidez, tanto do ponto de vista fisiológico quanto do ponto de vista da criatividade, da ideia de criação. Podemos dizer que inspiramos e expiramos como numa metáfora de onda, na qual fluxos e refluxos movimentam-se continuamente. Então, nos questionamos de que maneira as artes e a Arteterapia vão nos trazer essa possibilidade de respirar.

Primeiro, acreditamos que as artes e os processos arteterapêuticos vão criar e abrir espaços para o fluxo da respiração seguir seu percurso. Ao falarmos sobre o ato de criar espaços e fluxos estamos tratando também dos processos de criação. Nos referimos à criação em Arteterapia como algo processual, sempre em construção e movimento. O ato criador vai se apropriar e trabalhar os fenômenos da vida de maneira poética, estando esta a serviço de construir a obra de arte (SALLES, 1998). Além disso, em Arteterapia nos interessa menos a obra acabada que o processo de criação, pois a compreendemos como um instante, um registro quase fotográfico de um processo que segue em curso, como ato contínuo enquanto seguimos criando, no fluxo do que Salles (1998) chama de ‘Gesto Inacabado’. Quando criamos, este ato provoca espaços, fissuras, rupturas. Criar não é fácil, não é algo dado, exige um trabalho, um esforço pois, inicialmente, a obra é apenas possibilidade, virtualidade.

Há, portanto, que se colocar energia para sair da inércia e criar, ter energia para retomar o fluxo, resgatar a respiração. Trabalhar no sentido de promoção de pulsação e vida e processos de cura, de dores “reais” e metafóricas provocadas pela nossa relação com o contexto de incertezas trazido pela pandemia e suas consequências: sufocamentos promovidos pelo isolamento social, pelo temor do adoecimento e morte, e pela precariedade de alternativas governamentais de combate à doença e a sua propagação.

Em tempos de pandemia e confinamento alguns museus americanos criaram programas no intuito de melhorar o humor e reduzir ansiedade das pessoas. O Metropolitan Museum of Art, em NY, passa a realizar algumas iniciativas baseadas na Arteterapia como maneira de utilizar a arte para lidar com experiências de isolamento e trauma. Outros museus americanos também passam a adotar estratégias de cuidado a partir da arte e do encantamento que ela produz, treinando profissionais para lidar com essas pessoas, que são o público específico impactado pelo COVID-19 e seus desdobramentos. Tais iniciativas são inspiradas no programa do Museu de Belas Artes de Montreal que, desde 2017 conta com um profissional de Arteterapia na sua equipe (SMALL, 2020).

Levar a Arteterapia para os museus extrapola a ideia de que o fazer terapêutico está circunscrito a consultórios ou ateliês expressivos e reafirma a potência criativa inerente a arte. E criar é produzir saúde.

---

[28] Maria Lugones (2014) propõe uma releitura das questões de dominação e expropriação colonial, ampliando as tensões entre raça e classe e trazendo os marcadores de gênero e sexualidade a este debate. Segunda a própria autora “a imposição colonial do gênero atravessa questões sobre ecologia, economia, governo, relaciona-se ao mundo espiritual e ao conhecimento, bem como cruza práticas cotidianas que tanto nos habituam a cuidar do mundo ou a destruí-lo” (LUGONES, 2014, p 01)

ARTETERAPIA
Cores da Vida
Ano 16 - Volume 27 - Edição Especial - 2020

Sobre as metáforas de casa, natureza, vazio e sobre a escrita, as artes e a Arteterapia como espaços de (r)existência, criação e invenção de si

Temos ouvido muitas pessoas de diferentes classes e raças, comentarem que tem se sentido oprimidas dentro de suas casas, por distintos motivos. Essas imagens de opressão falam de questões que já existiam em nossa sociedade, como a violência contra as mulheres e meninas, e que no contexto da pandemia tem se exacerbado, dentre outros motivos, pela convivência contínua entre diversas pessoas, em uma situação de confinamento, muitas vezes, em casas pequenas e sem possibilidades de conforto (BEVILÁCQUA, 2020).

Entre algumas pessoas de classe média, temos ouvido que "a casa ficou pequena", mesmo quando estas são espaços com algum conforto e possibilidade de privacidade. Em ambos os casos, para distintas experiências de classe, entretanto, há algo que os une enquanto vivências de isolamento social: o fato de que a casa física-arquitetônica, que demarca o lugar territorial de convivência, serve de metáfora para refletirmos sobre outra casa, a casa subjetiva, corpo-morada, que nos constitui e individualiza. E esta, ao que parece, ficou muito pequena. A casa, como elemento de proteção e segurança, torna-se elemento opressor e sugere encarceramento. A imagem de casa como nosso lugar no mundo, primeiro universo e cosmos, que é uma das imagens poéticas sobre a casa trazida por Gaston Bachelard (2003) desmorona na medida em que a pandemia segue seu curso, inexorável. Corpos-casas sucumbem frente a algo invisível aos nossos olhos, o vírus, evidenciando a nossa fragilidade e pequenez enquanto espécie. As imagens casa-corpo-morada se amalgamam, fundem-se, revelando sua polivalência simbólica e urge um convite de reconstrução e criação de novos espaços.

Portanto, neste período de necessidade de confinamento, a volta para casa pode ser sentida como volta ao lugar de recolhimento e proteção. Entretanto, essa casa, que não tem um fora, passa a se assenhorar dos sujeitos, pois a promessa de recolhimento traz também a sensação de asfixia, em um certo sentido (PINHEIRO, 2020).

Então, se queremos voltar para a ideia de criação e para a importância da arte nesse contexto de privações e instabilidades, é necessário recordarmos que, para criar precisamos alargar o espaço. Este ponto é muito interessante porque quanto mais espaço alargamos com o ato de criar, mais o fluxo de respiração se faz presente e relaxado.

Queremos trazer a arte relacionada também à metáfora da natureza. Tratamos aqui da ideia de natureza a partir de autores da perspectiva ameríndia (KRENAK, 2019; KOPENAWA, 2015), para os quais não há separação entre a natureza e nós enquanto individualidades. Em nossa sociedade ocidental, trazemos, em contrapartida, uma ideia de separatividade, quando afirmamos, por exemplo que "vamos proteger a natureza", indicando que ela, a natureza, está lá, enquanto nós, indivíduos estamos em um outro lugar. Para os autores citados aqui, entretanto, nós somos parte constituinte da natureza, nos construímos na relação, na qual os significantes se correlacionam. Portanto, ao olhar para árvores, pensaremos que elas nos complementam, na medida em que co-construímos uma mesma realidade de necessidades – o ar que respiramos, e a necessidade de convivência pacífica -; uma posição contraposta a esta veria as mesmas árvores enquanto possibilidade de renda, enquanto madeira para ser vendida, pensando em cortá-las ou não, em uma relação de separatividade na qual as mesmas são objeto (e não sujeitos com autonomia) de obtenção de lucro.

Neste processo de tornar o mundo circundante em potencial mundo a ser explorado, opera uma lógica perversa que é um movimento de desanimar o mundo no sentido de "tirar a alma das coisas". Nas palavras de Ailton Krenak (2019) quando despersonalizamos rios, montanhas, quando tiramos os sentidos deles, permitimos que se tornem espaço de apropriação extrativista e industrial. O rio, a montanha, etc., ao serem dessacralizados, tornam-se objetos, coisas, passíveis de sofrerem a atribuição de um preço e de serem vendidas.

Costuma-se dizer que, quando estamos em um processo de criação artístico, abrimos e alargamos um espaço interno, para permitirmos que algo seja criado. Nestes termos, podemos fazer alusão ao ato de abrir o peito, para que consigamos, dessa forma, respirar melhor enquanto produzimos. E produzindo dentro, internamente, ao abrirmos nosso peito e respirarmos com presença e consciência, tranquilamente, também produzimos fora, externamente. Porquê se alargamos e conseguimos fazer outras conexões imaginativas e criativas dentro, vamos desdobrar este ato, podendo levar esta experiência para um fazer que está fora de nós, expandido. Então, é primeiro dentro de nós que criamos e processamos, para depois sair algo para o mundo externo.

Nesse momento de pandemia é muito importante e muito interessante refletir sobre estas questões. Uma das consequências desse debate trata da Formação em Arteterapia. Mais especificamente, sobre como as formações caminhariam agora nesse tempo de isolamento, com a mediação das tecnologias à distância, ou modo remoto. Se, por um lado, nós que oferecemos Formação em Arteterapia pela Traços[29] temos nos questionado sobre como utilizar as vias remotas de forma responsável e conscientes das diferenças que esta modalidade pode

[29] Traços- Estudos em Arteterapia é um grupo que disponibiliza formações em Arteterapia na cidade do Recife, desde 2003.

ARTETERAPIA Cores da Vida
Ano 16 - Volume 27 - Edição Especial - 2020

promover para uma formação que é teórico-vivencial[30]; por outro lado muitas pessoas tem nos procurado neste momento de isolamento social, interessadas em fazer a formação em Arteterapia, iniciando-a neste momento e contexto.

Estamos vivendo e experimentando relatos sobre como as/os artistas estão nos ajudando a seguir e respirar, através da expressão artística, seja cantando, fazendo poesia, alimentando nosso cotidiano. Compreendemos que estes elementos auxiliam nos processos pessoais, pois todas/os nós, enquanto artistas, com possibilidades de viver nossas criações e expressar nossa criatividade, estamos seguindo e respirando melhor quando acessamos estas possibilidades. Então, todos esses elementos são muito interessantes e nos chamam atenção: muitas pessoas interessadas em fazer, em trilhar esse caminho da arte, e, algumas dessas, através da formação em Arteterapia, porque, de alguma maneira, vem sentindo também, na 'própria pele', o contato com a abertura através dos processos de criação.

A Arteterapia coloca-se então como lócus de resistência, ao pensamento instituído, fazendo fissuras no mesmo, de forma a construir outras possibilidades. Esta relação entre arte e política, a partir de uma noção de estética da existência (FOUCAULT, 2010), é reapropriada pelos movimentos sociais contemporâneos produzindo um novo significante híbrido: o Artivismo (MEIRA, 2019). Esta junção aponta para um debate em torno do papel das artes na produção de uma sociedade mais equânime, trazendo o ato de criar e os processos criativos como pulsões de vida que podem explodir, minar desigualdades estruturais como as de gênero, classe, raça e sexualidade, e permitir novas possibilidade de existência solidária e com justiça social.

Numa mesma direção, o pensamento decolonial[31] também traz a necessidade e as possibilidades de reconstrução de uma história colonial de violência e expropriação dos povos originários e das populações negras, escravizadas e subjugadas, a partir do reencontro com sua memória cultural e artística. Com o advento da colonização das américas, pelos povos europeus, se constituiu a modernidade capitalista, tal qual a conhecemos, a partir de dois pilares: a diáspora africana de nações inteiras, e a destituição dos povos originários que se encontravam nas terras colonizadas. Foram criadas a ideia de raça e racialização, em um movimento no qual os colonizadores brancos eram humanos e possuíam direitos e, em contrapartida, os demais passaram a ser chamados de negros e indígenas, e foram destituídos de humanidade, sendo violentamente escravizados, e sua memória cultural e religiosa foi usurpada e sufocada (QUIJANO, 2005; NASCIMENTO, 2017).

Grada Kilomba (2020a) artista plástica e filósofa, discute estas questões e a importância de recontarmos esta história de expropriação e violências que construiu intersubjetividades marginalizadas e em sofrimento. A autora advoga ainda a ideia de descolonizar as artes, de forma que se abram flancos de novas possibilidades ético-estéticas que permitam, a partir de uma "desobediência poética"[32], criar plataformas para reinvenção de modos de vida, para nos reinventarmos em uma linguagem nova, diferente. Que esta linguagem, por sua vez, trabalhe com diferentes possibilidades estéticas, como a escrita, a performance, a fotografia, o vídeo, a dança, o teatro, de forma a criar uma bricolagem que permita que o novo apareça, despido dos velhos preconceitos e violências: uma nova narrativa semântica e visual.

Kilomba, em sua última exposição virtual, lançada no meio do distanciamento social provocado pela pandemia da COVID-19, e intitulada "Heroines, birds and Monsters"[33], trabalha estas questões teórico-conceituais a partir das artes, numa ideia que vai além da noção de tradução, embora trate de todo esse cenário acima exposto. A autora traz a imagem do 'cubo branco', para tratar de toda a violência imagética que as pessoas negras sofrem ao se subjetivarem enquanto negras. Inspirada em Franz Fanon (1983) as fotos da exposição de

---

[30] A UBAAT (União Brasileira de Associações de Arteterapia) é o órgão que regulamenta as formações em Arteterapia em todo território nacional. Neste momento vem discutindo sobre a maneira mais adequada de se viabilizar uma continuidade nas formações/especializações na modalidade à distância. Enquanto formadoras refletimos sobre as melhores maneiras de adaptar conteúdos e repensar estratégias de ensino-aprendizagem, pautadas na experiência com materiais expressivos, levando em consideração as especificidades da modalidade remota.

[31] Na base da crítica decolonial está a organização de um profundo sistema de dominação cultural que controla a produção e a reprodução de subjetividades a partir das noções de eurocentrismo e da racionalidade moderna, que se fundem para construir a ideia de uma classificação hierárquica da população mundial, na qual as populações do norte do globo, brancas, de preferência masculinas, de camadas altas e heterossexuais seriam o modelo a ser alcançado. Todas as demais estariam abaixo e sofrendo de distintas formas de opressão.

[32] Referência à 1ª exposição individual de Grada Kilomba no Brasil, que teve espaço na Pinacoteca de São Paulo, em 2018, com o título "Grada Kilomba: Desobediências poéticas". "Teve a curadoria de Valéria Piccoli e foi concebida em diálogo estreito com a artista para o segundo andar da Pina Luz, com a intenção de justapor, questionar e provocar novas interpretações sobre a coleção de arte dos séculos XIX e XX do museu, a história da arte que ela pretende contar e as histórias que permaneceram invisíveis" (Catálogo da exposição, Pinacoteca de São Paulo,2019, p. 05).

[33] Link para a exposição: https://www.artsy.net/artwork/grada-kilomba-heroines-birds-and-monsters-series-creon-act-i

ARTETERAPIA Cores da Vida
Ano 16 - Volume 27 - Edição Especial - 2020

Grada Kilomba dizem, sem emitir nenhum som, sobre os processos de racialização que passam por ideais de branquitude e negação de valores e ações abusivas e violentas às negritudes, tal qual Fanon expôs em "Peles negras, máscaras brancas". O cubo branco é tomado por contrastes entre as cores preta e branca, com a própria autora como modelo para as fotos, em cenários que tratam de apontar a necessidade de uma "nova e urgente linguagem e imagética decolonial" (KILOMBA, 2020b).

Grada Kilomba vai construir em suas obras ainda, um percurso que toma a escrita como caminho para depois chegar à imagem através de várias linguagens como a performance, a fotografia, dentre outras. A linguagem das artes visuais e da literatura revelam-se como portais de acesso ao que é produzido em nossos inconscientes, liberando o fluxo psíquico. E acessar o inconsciente é acessar a fonte produtiva pois o inconsciente é fator produtivo. Portanto, neste cenário de muita ansiedade e preocupação com o futuro, temos a possibilidade de parar e criar e, ao nos permitirmos escrever algo, fazer uma poesia, voltarmos para o momento presente. A arte ajuda a ocupar esse lugar de presença. Porque quando estamos ali escrevendo, mas também pintando, desenhando, modelando, estamos presentes. Naquele momento da criação não há conexão de nossa subjetividade com o futuro ou o passado, há a presença no ato. E na presença nos alargamos e crescemos. Pois a arte apresenta-se com essa potência de criar e abrir espaços de uma maneira sutil. A arte nos ajuda a lidarmos com as imagens de horror e de desumanização que estão por aí, circulando, micro e macro politicamente.

Esse debate nos faz recordar de uma poeta, a Wislawa Szymborska. Sua poesia traz em ato, o que procuramos descrever em palavras, acima. Acompanhemos:

> Quando pronuncio a palavra Futuro, a primeira sílaba já se perde no passado.
> Quando pronuncio a palavra Silêncio, suprimo-o.
> Quando pronuncio a palavra Nada, crio algo que não cabe em nenhum ser. (SZYMBORSKA, 2011).

Ao entrar em contato com esse texto acima, somos provocadas/os a um arrebatamento que só a poesia, especificamente, e a arte como um todo, nos possibilitam, qual seja, entender ou traduzir o que é intraduzível, de outro jeito.

A palavra como signo que não descreve o mundo *ipsis literis*, não é, tão somente, uma representação do mundo, mas possui em sua tentativa de ser precisa, imprecisão, ambiguidades. A palavra prescinde de contexto para ser interpretada por quem a lê ou ouve. A palavra em sua relação de descrição do mundo é metáfora. Mesmo quando pensamos estar falando ou escrevendo algo de maneira descritiva, há aí um ato metafórico. A metáfora, acredita-se, deve vir acompanhada de uma surpresa, pois termina por alterar a compreensão esperada das palavras. Mas, para além disso, o mundo, ao ser lido com palavras, passa por uma metaforização nesse ato. O que acontece é que muitas metáforas se "congelam" por seu uso corriqueiro, habitual. O ato de metaforizar traz também um conteúdo criativo muito importante, um respiro para a tentativa de "fixar" sentidos. E a escrita quando é acompanhada de um elemento artístico, torna-se metáfora de maneira mais intensa e fluida (MARCUSCHI, 2000). A poesia de Szymborska trata disso, de como podemos dar novos sentidos, ousar com a linguagem, promovendo respiros e aberturas para sentimentos que não cabem dentro de palavras, escapam, trazendo um sorriso, uma indignação, uma lágrima, um frio na barriga. Permitindo que alcemos outras dimensões, para além das compreensões que sejam acionadas racionalmente, como forma de respiro.

E quando passamos de leitoras para autoras do nosso próprio texto-vida, acessamos essas outras dimensões, nos convidando a produzir com a inteireza. Passamos a viver a `plenos pulmões´. Nos trabalhos em Arteterapia onde há o convite para que a palavra escrita aconteça, vale lembrar mais uma vez, que não é com a dimensão estética, qualidade literária ou produto final que nos preocupamos. O acordo é com a expressão, com o deixar fluir, expressar o que não quer calar em nós e, à medida que as produções surgem, se amplia o campo de permissão criativa (SEIXAS, 2014). Para a autora, ao escrever, a pessoa abre um espaço para mergulho em si mesma. Neste sentido, escrever é um ato de coragem e transgressão de um fluxo de alienação.

Neste mesmo sentido, Conceição Evaristo (2017) nos convida a exercitar o que ela denominou de "escrevivências", ou seja, a potencialidade da escrita atravessada por nosso contexto de raça, classe, gênero, sexualidade e território, contando nossa história pessoal em sua teia de conexões com as histórias macro sociais. Evaristo tece com grandiosidade as formas pelas quais a escrita pode trazer transformação ao desvelar as dores, violências e expropriações que o racismo e a colonialidade provocam.

Também Grada Kilomba, nos seus trabalhos nos convida a pensar na potência da palavra nos processos de visibilizar vozes silenciadas por narrativas coloniais (catálogo da 32ª Bienal, 2016). Na videoinstalação, parte do Projeto Desejo, chamada "Enquanto escrevo", podemos ler: "Enquanto eu escrevo, eu não sou o outro, mas eu mesma, não o objeto mas o sujeito, eu me torno a que descreve e não a descrita. Eu me torno autora e a autoridade da minha história. Eu me torno o oposto absoluto do que o projeto colonial predeterminou. Eu me torno eu." (KILOMBA, 2016, s/p)[34].

[34] Tradução livre de parte da obra exposta na 32ª Bienal de São Paulo.

ARTETERAPIA
Cores da Vida
Ano 16 - Volume 27 - Edição Especial - 2020

Neste processo de confinamento, Marina Pinheiro (2020) e sua equipe construíram uma pesquisa para compreender alguns processos de subjetivação entre as pessoas que se encontram em situação de confinamento social. Nela, a escrita enquanto processo artístico teve um lugar importante, através do uso de diários para contar o dia-a-dia destas pessoas. Os diários, enquanto gênero textual, falam de uma intimidade e podem ser montados com o auxilio de imagens, desenhos, revelando uma potência criativa. A autora conta que quatro mulheres com idades entre 25 e 50 anos, de camadas médias, se dispuseram a contar sobre seu cotidiano, embora o convite tenha sido feito a homens também. Ao contar sobre a tensão de estar em casa, espaço de intimidade, tendo que exercitar diversas funções do espaço público, estas mulheres tratam de desamparo e corporalidade, exercitando o olhar interno sobre seus sentimentos, emoções, percepções e relações. O diário se revela também como um campo de elaboração sobre o sentido e experienciado, como uma possibilidade de narrativizar a experiência e construir a própria ficção, como a criação de uma janela estética auto engendrada pelo confinamento. Indo ainda mais além que narrar e elaborar, o diário permite também a recriação e o testemunhar de uma experiência vivida. Pela via da escrita, o confinamento pode ser também uma convocação para a escrita de si. (PINHEIRO, 2020).

Sobre esta função da escrita, uma de nós, autoras conversando com uma pessoa neste período de confinamento, ouviu a seguinte afirmação: “eu não consigo chorar, eu não choro mas eu faço poesia”. Essa capacidade de expressar o que é humano, algo que atravessa de sentido nossas vidas, que são as vivências dos sentimentos e suas percepções, através de um sorriso, ou de uma lágrima, são deslocados para a expressão da arte, indo além de expressar somente o que se sente, como uma catarse. Há aqui também uma outra ideia muito importante, que ‘ultrapassa’ a ideia de ´o que está dentro a gente expressa´. Nesse movimento de deslocamento algo se cria, algo que não existia antes passa a existir. Não é simplesmente o ato de colocar no papel o que se está sentindo. Nesse movimento criamos um terceiro elemento, que já não é mais aquilo que sentíamos inicialmente. Então, há um deslocamento que vai promovendo uma abertura, e vai deixando e fazendo com que respiremos, metafórica e fisicamente. Transgredindo, alargamos, ultrapassamos limites físicos e psicológicos, pois entendemos ambas as dimensões como interconectadas.[35]

Podemos trazer outra metáfora aqui, a da imagem do respiro que a Arteterapia provoca. Nesse sentido, ela seria um pouco como uma fisioterapia simbólica pulmonar imagética porque ela nos abre portões de criação, para podermos respirar. E, nesse contexto da pandemia, temos ouvido bastante falarem desse lugar da contenção, e da dificuldade de respirar, portanto cabe aqui essa relação. Estamos lidando com essas imagens de dor e de dificuldade de expansão. Entretanto, para podermos respirar, para podermos criar, precisamos de vazio, precisamos desse espaço vazio, enquanto vazio criativo mas também um vazio produtivo. Portanto, não é um vazio estéril, mas é um vazio enquanto ‘vaso’, no qual podemos colocar coisas – imagens, textos, palavras, gestos - ali dentro. Nachmanovitch (1993) nos diz que para que a arte apareça temos que desaparecer. Ele sugere que na criação se mobiliza um estado de presença tão intenso que nos esquecemos do tempo e do lugar onde estamos. É uma presença e um vazio. Para os budistas esse estado é nomeado como *samadhi*.

Com relação ainda a este debate sobre o vazio, gostaríamos de ouvir, nesse momento, uma outra poeta, para nos ajudar, porque ninguém melhor do que os poetas para falarem sobre essas questões, no contexto de criação desse artigo. Chamamos, portanto, Viviane Mosé. E ela diz assim: “sempre pensei na arte como moldura vazia, capaz de imprimir a intensidade, ou como superfície vazada que se deixa marcar pelo rastro dessa mesma intensidade que se chama vida. É na busca de coexistência entre cheio e o vazio que um ser se faz pessoa ou obra de arte (MOSÉ, 2000, p. 41)”.

Pedimos permissão à Viviane para acrescentar um outro elemento aos trazidos por ela. Na verdade, acreditamos que não haja essa relação de binaridade dicotômica, de ‘ou isso ou aquilo’, ‘pessoa ou obra de arte’, porque, para a argumentação que estamos desenvolvendo neste texto, um ser se faz pessoa e obra de arte, ou seja, nós nos constituímos intersubjetivamente enquanto obra, nós somos a obra de arte. Não importa o produto em processos de Arteterapia, não importa o produto acabado. É importante uma estética, ela faz-se como um cuidado importante, mas sem ser o eixo principal. O principal aqui é o processo de criação, é isso que fazemos, aparentemente, fora e que não é fora, antes, é intersubjetivamente. Por isso que trazemos essa aparente discordância do que foi dito no final do texto de Viviane Mosé, porque a pessoa e a obra de arte estão imbricadas. Ao mesmo tempo, vamos nos tornando arte pois, apesar da nossa ‘mania contemporânea e ocidental de separar as coisas’, vemos que elas co-existem. Então, a arte e os processos arteterapêuticos vão possibilitar um pouco de espaço, respiro e co-emergência.

Gostaríamos aqui de compartilhar uma frase que vemos como continuidade desse debate, trazendo mais diretamente o elemento de que “a poesia cura”:

> Deveria ser obrigatório toda criança declamar poesia, ler em voz alta textos de literatura dos mais diferentes gêneros, mesmo os incompreensíveis, os de difícil acesso, não importa. Eles estão ali,

---

[35] As ideias de corpo e mente como aspectos distintos de uma mesma realidade são encontradas em diversas tradições espirituais, na alquimia e nos estudos de Jung (1985) onde aborda o tema de maneira sucinta.

> presentes. Desnudando a vida, tornando a palavra carne e matéria. Sugerindo nuances onde há certezas, sons e silêncios, onde há ruído e peso. A Avalanche é o descuido do tempo da palavra. Há que se recuperá-la. (MARTA PORTO, 2019, p. 17)

Muito tocante essa provocação da Marta Porto (2019). Em um livro chamado "Imaginação", além desta questão acima trazida, ela vai dizer que a arte também nos ajuda a lidar com a incerteza. Neste caso, a autora está tratando da poesia e da literatura, mas seus comentários nos ajudam a refletir sobre como lidar com a incerteza de uma forma geral, deslocando para outros contextos de produção e de respiro. E a forma pela qual Porto (2019) nos incita é a de não trazer certezas, porque as certezas, acreditamos que não as teremos verdadeiramente nunca, em nenhuma situação, pois a vida é vivida a cada respiro, em cada momento. A vida é contingência. Mesmo quando tentamos controlar os fatos e acontecimentos, construindo percursos de certas maneiras e não de outras, ainda assim surgem rotas e consequências inesperadas.

Portanto, as palavras de Marta Porto (2019) nos auxiliam a recordar que, ao trazer mais incertezas, trazemos também uma ideia de que é possível lidar com essas incertezas, pois tem algo que nos sustenta, que é a força da criação, que nos mantém respirando ainda que o governo federal não queira, não colabore, ainda que no mundo exista uma pandemia, ainda que estejamos em situação de confinamento, ainda que as desigualdades estejam se alargando nesse período. Tem algo que faz com que lidemos com essas imagens de horror, que é a força da criação. Então a arte provoca essa resistência, o poder da arte, a potência da arte; e aqui não estamos falando de artistas necessariamente, mas de todas as pessoas. Ou seja, estamos tratando de todas e todos nós enquanto artistas na/da própria vida, nessa ação de modelar, pintar, fazer coisas e transformá-las, e a nós mesmas/os e ao mundo ao nosso redor. Pois acreditamos que essa realidade atual em que vivemos é só uma realidade dentre as realidades possíveis. E através da imaginação e da arte podemos criar outras realidades, muitas outras realidades. Para Verena Kast (1997) ver ou ouvir algo belo nos conecta com os mundos interior e exterior. Experenciamos o sentido e podemos, assim, experimentar a eternidade no presente. Propomos então a criação do belo como afirmação de uma presença, sempre a ser reafirmada.

Concluindo, mas sem descerrar as cortinas...

Para concluirmos nosso argumento e nosso percurso nesse artigo, não no sentido de encerrar mas no de colocar reticências em nossa conversa, chamamos outra poeta, a Matilde Campilho, com uma poesia que se chama Avarandado:

> Quarta nota para
> A manhã infinita:
> Afinal o grande amor
> Não garante nada mais
> Do que as 12 graças
> Desdobradas pelos
> Corredores do mundo
> Agora isso é mais
> Do que suficiente
> E apesar dos bofetões
> Do tempo invertido
> Apesar das visitas
> Breves do pavor
> A beleza é tudo
> O que permanece (CAMPILHO, 2015, p.140).

E é a arte que promove caminhos de beleza. Não são caminhos sem acolher o horror, ela acolhe o horror e cria com isso e a partir disso, para produzir beleza. A ideia de beleza em artes é explorada de maneira polissêmica, de maneira tal que o que importa aqui para nós é o respiro e as fissuras que o contato com o belo provoca. Respirar com leveza em um contexto no qual o horror é associado a práticas capitalistas extremas (BRINGEL, 2020), que buscam responder ao contexto da pandemia com mais sufocamento e aprisionamento das possibilidades de recontagem de histórias de opressão racial, de classe, de gênero e de sexualidade, torna-se quase que uma ilusão ou apologia a uma sociedade não-existente. Os direitos humanos são colocados em suspensão e em um momento de atenção extrema à possível violação dos mesmos. Falar de horror e da existência de humanos que são vistos como monstros – ou seja, aqueles que poderiam ser violados, escravizados e violentados - é uma questão anterior ao contexto da pandemia, que se reatualiza e se intensifica. Grada Kilomba (2020) nos convida uma vez mais, a uma reflexão importante, que busca traduzir a linguagem das teorias sociais para a linguagem das artes, em uma evocação de um conhecimento performatizado ou 'perfoming knowledge'. Com isso, ela evoca a possibilidade que a criação e o olhar sobre a criatividade abrem enquanto potências de vida

humana vivível, em qualquer contexto e condição. Para isso, precisamos estar "atentas e fortes, sem tempo de temer a morte"[36].

É urgente promover um diálogo entre ciência, arte e vida, sem dicotomizar ou hierarquizar tais instâncias. Pinheiro (2020) nos convida a perceber as artes de maneira geral e especificamente a palavra como tendo lugar central no campo de elaboração das vozes que vivemos dentro de cada uma/um de nós, para lidar com os horrores.

A nós, arteterapeutas, nos cabe seguir na inspiração que a arte nos proporciona, ouvir o chamado para seguir acompanhando processos de produção de cuidado, de beleza e de ampliação de capacidade respiratória. Somos convocadas a criar com aquelas/es que temos o privilégio de acompanhar em processos de Arteterapia, a alargar espaços que se estreitaram, mas que através do ato criativo podem se expandir infinitamente. Essa expansão que o espaço da arte promove é nossa alternativa às dificuldades em tempos sombrios e precários, nos quais a dor, a incerteza e a contensão estão presentes. Respirar de peito aberto prescinde de suporte, e o ato de criação pelas vias da Arteterapia abre as comportas desse percurso de liberdade e criatividade rumo a dias melhores.

Ou ainda, como nos convida o teórico Slovaj Zizek: "quizás outro vírus ideológico, y mucho más beneficioso, se propagará y, com suerte nos infectará: el vírus de pensar em uma sociedade alternativa, uma sociedade más allá del estado-nación, uma sociedade que se actualiza a sí misma em las formas de solidaridad y cooperacion global" (2020, p. 22).

Referências

AUGUSTO, C. B.; SANTOS, R. D. (orgs). **Pandemias e pandemônio no Brasil** (livro eletrônico). 1. ed. São Paulo: Tirant Lo blanch, 2020.

BACHELARD, G. **A poética do espaço**. 6. ed. São Paulo: Ed Martins Fontes, 2003.

BEVILÁCQUA, P. D. Artigo Mulheres, violência e pandemia de coronavírus. Instituto René Rachou, Fiocruz Minas. 2020, acesso em 16 de junho de 2020, Disponível em: http://www.cpqrr.fiocruz.br/pg/artigo-mulheres-violencia-e-pandemia-de-coronavirus/

BRINGEL, B. O COVID-19 e o caos global. **Revista digital Open democracy**, 2020. Acesso em 21 de junho de 2020, disponível em https://www.opendemocracy.net/pt/democraciaabierta-pt/covid-19-e-o-novo-caos-global/

CAMPILHO, M. **Jóquei**. 2. ed, São Paulo, Editora 34, 2015.

CATÁLOGO da exposição Grada Kilomba: Desobediências poéticas. Pinacoteca de São Paulo, Governo de São Paulo, 2019.

EVARISTO, C. Escritora Conceição Evaristo é convidada do Estação Plural, seção depoimento [jun. 2017]. Entrevistadores: Ellen Oléria, Fernando Oliveira e Mel Gonçalves. **TVBRASIL**, 2017. YouTube. Disponível em: https://www.youtube.com/watch?v=Xn2gj1hGsoo. Acesso em 20 jun. 2020.

FANON, F. **Pele Negra**. **Máscaras Brancas**. 1. ed. Rio de Janeiro: Fator, 1983.

FOUCAULT, M. Uma estética da existência. In: MOTTA, Manoel Barros (org.). **Ética, sexualidade, política**. 2. ed, Rio de Janeiro: Universitária, 2010, p.288-93.

FOUCAULT, M. **Nascimento da biopolítica**. Tradução: Eduardo Brandão. São Paulo: Martins Fontes, 2008.

JUNG, C. G. **Fundamentos de psicologia analítica**. Petrópolis, RJ: Vozes, 1985.

KAST, V. **A dinâmica dos símbolos- fundamentos da psicoterapia junguiana**. Edições Loyola: São Paulo, 1997.

[36] Música "Divino, Maravilhoso", composta por Caetano Veloso e Gilberto Gil, em 1968, e que ficou conhecida na voz da cantora Gal Costa

ARTETERAPIA
Cores da Vida
Ano 16 - Volume 27 - Edição Especial - 2020

KILOMBA, G. Pina Live/ Bate-papo Grada Kilomba e Jochen Volz. Programa e gravação de Vídeo produzidos pela Pinacoteca de São Paulo, Governo de São Paulo, 06 de junho de 2020. Acesso em 07 de junho de 2020, Disponível em https://youtu.be/XMMex7AsXck, 2020a

KILOMBA, G. Exposição virtual "Heroines, Birds and Monsters". Goodman Gallery, Press realease. 2020b. Acesso em 18 de junho de 2020, Disponível em https://www.artsy.net/artwork/grada-kilomba-heroines-birds-and-monsters-series-creon-act-i, 2020b

KILOMBA, G. parte: Enquanto escrevo. **Projeto Desejo**. 32ª Bienal de Artes de São Paulo. Pavilhão do Parque Ibirapuera, São Paulo, 2016.

KOPENAWA, D. ALBERT, B. **A queda do céu**: palavras de um xamã yanomami. 1. ed. São Paulo: Companhia das Letras, 2015.

KRENAK, Ailton. **Ideias para adiar o fim do mundo**. 1ª edição. São Paulo: Companhia das Letras, 2019.

LUGONES, M. Rumo a um feminismo descolonial. **Revista Estudos Feministas**, Florianópolis, v.22, n.3, p.935-52, set. 2014. ISSN 1806-9584. Disponível em: <https://periodicos.ufsc.br/index.php/ref/article/view/36755>. Acesso em: 19 jun. 2020. doi: https://doi.org/10.1590/%x.

MARCUSCHI, L. A. A propósito da metáfora. **Revista de estudos da linguagem**, Belo Horizonte, v.9, n.1, p.71-89, 2000.

MBEMBE, A. **Necropolítica**. 3ª edição. São Paulo: N-1 edições, 2018, 80p.

MEIRA, I. F. Artivismos e dissidências sexuais: movimentos coletivos de (cri)ações estéticas e políticas de resistência à heteronormatividade em Recife. 2019. Dissertação de Mestrado. Universidade Federal de Pernambuco.

MOSÉ, V. **Pensamento chão**. Rio de Janeiro: 7 letras. 2000.

NACHMNANOVITCH, S. **Ser criativo**. São Paulo: Summus 1993.

NASCIMENTO, A. **O genocídio do negro brasileiro: processo de um racismo mascarado**. I reimpressão da 2. ed. – São Paulo: Perspectiva, 2017.

PINHEIRO, M. Podcast Arte, cultura e confinamento. **Podcasts Série Psico + COVID 19**, produzido pela Associação Nacional de Pós-Graduação e Pesquisa em Psicologia – ANPEPP, 2020.

PORTO, M. **Imaginação: reinventando a cultura**. São Paulo: Pólen, 2019.

QUIJANO, A. Dom Quixote e os moinhos de vento na América Latina. **Revista Estudos Avançados.** v.19, n.55, São Paulo set/dez, 2005.

SALLES, C. A. **Gesto Inacabado: processo de criação artística**. São Paulo: Annablume, 1998.

SCHMIDT, B. et al . Saúde mental e intervenções psicológicas diante da pandemia do novo coronavírus (COVID-19). **Estudos em psicologia** (Campinas), Campinas, v.37, e200063, 2020. Available from <http://www.scielo.br/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0103-166X2020000100501&lng=en&nrm=iso>. access on 29 June 2020. Epub May 18, 2020. http://dx.doi.org/10.1590/1982-0275202037e200063.

SEIXAS, C. Vivências em Biblioterapía: práticas do cuidado através da literatura. Niterói: Impressão da autora, 2014.

SMALL, Z. Museus americanos adotam técnicas para ajudar público à distância – cultura – **Jornal o Estadão** (Zachary Small, The New York Times). 19 de junho 2020. Disponível em: https://cultura.estadao.com.br/noticias/artes,museus-americanos-adotam-tecnicas-de-Arteterapia-para-ajudar-publico-a-distancia,70003337987. Último acesso em 30/06/2020.

SZYMBORSKA, W. As três palavras mais estranhas**. Poemas**. São Paulo: Companhia das letras, 2011.

ARTETERAPIA
Cores da Vida
Ano 16 - Volume 27 - Edição Especial - 2020

VOLZ, J. V.; REBOUÇAS, J. **Guia da 32ª Bienal de São Paulo: Incerteza Viva**. São Paulo: Fundação Bienal de São Paulo, 2016.

ZIZEK, S. El corona Virus es um golpe al capitalismo a lo Kill Bill... (27 de febrero). In: **Sopa de Wuhan**. Editorial: ASPO (Aislamiento Social Preventivo y Obligatório). 1. ed, 2020.

ARTETERAPIA Cores da Vida

Ano 16 - Volume 27 - Edição Especial - 2020

15 – O SETTING ARTETERAPÊUTICO EM TEMPOS DE DISTANCIAMENTO FÍSICO: FONES DE OUVIDO, ESTRATÉGIAS DE ATENDIMENTO EM ALERTA E DEMOCRATIZAÇÃO DA CONSTRUÇÃO DO ESTADO DE PRESENÇA, UM *TEMENOS* VIÁVEL EM TEMPOS DE PANDEMIA

Maira Bruce Valença[37]

Resumo: Este artigo se pauta primeiramente em minha pesquisa já iniciada e escrita em artigo[38] anterior acerca do *setting* arteterapêutico, numa busca por aprofundar a compreensão dos processos que envolvem o atendimento em Arteterapia. Em segundo lugar, posso afirmar que o atual contexto de isolamento físico pela pandemia do covid-19, ascendeu uma curiosidade movida pelo desafio de que também partilho como arteterapeuta, de como se dá atender com Arteterapia nesses tempos em que estar próximo não é uma realidade possível. Percebendo o *setting* como um espaço-tempo ritualístico, propício para a jornada do indivíduo no encontro consigo, onde todos os elementos são projetados para provocar o *estado de presença* nos sujeitos e a vivência de suas questões, nos surge o grande enigma de como isso se torna viável dentro de um espaço virtual. Articulo algumas noções que adjetivam o espaço terapêutico como ambiente acolhedor (*Héstia*), onde o tempo pode ser dilatado (Kairós) numa experiência transformadora (*Temenos*) para o indivíduo, considerando a composição sensorial do espaço-tempo arteterapêutico como pilar da entrega e da viagem aos confins de si. Triangulei estas informações que carrego em minha bagagem e as percepções que trago neste momento enquanto arteterapeuta, com as percepções de outras profissionais da área, para uma melhor compreensão e mapeamento de processos arteterapêuticos em distanciamento físico, a fim de comparar experiências, aprendendo coletivamente. Estruturei para isto, uma entrevista qualitativa com nove perguntas que visam *circum-ambular* a questão do preparo do espaço, na busca de mapear nossos esforços e medidas diante do desafio de proporcionar ambiente, tempo, experiência e presença, estando distantes, sem cheiro, sem tato; recortadas imagens de nós na virtualidade da relação *on-line*.

Palavras-chave: *Setting* arteterapêutico, Estado de Presença, *Temenos*, Héstia, distanciamento físico, Covid-19.

Art therapeutic setting in times of physical distancing: headphones, alert services strategies and democratizing the construction of the state of presence, a feasible temenos in pandemic times

Abstract: This article is based primarily on prior research, detailed in my previous article about the art therapy setting, which aimed to understand the processes that involve care in Art Therapy. Furthermore, the current context of physical isolation due to the covid-19 pandemic brought about an interest driven by the challenge that I also experienced as an art therapist, of how to employ Art Therapy when being physically close is not really possible. Perceiving the setting as a ritualistic space-time, conducive to the journey of the individual in the encounter with himself/herself, where all the elements are designed to trigger the state of presence in the subjects and the experience of their questions, we are faced with the great enigma of how to make it all feasible within a virtual space. I articulate some notions that define the therapeutic space as a welcoming environment (*Hestia*), where time can be expanded (*Kairós*) in a transforming experience (*Temenos*) for the individual, considering the sensorial composition of the art-therapeutic space-time as the pillar of delivery and travel to the ends of themselves. I triangulated this information that I carry in my own personal history and the perceptions that I develop as an art therapist, with the reflections of other professionals in the field, for a better understanding and mapping of art-therapeutic processes in physical distance, in order to compare experiences, learning collectively. For this purpose, I structured a qualitative interview containing nine questions that aim to circumnavigate the issue of space preparation, with the goal of mapping our efforts and measures while facing the challenge of providing environment, time, experience and presence, being distant, without smell, without touch; clipped images of us in the virtuality of the online relationship.

Keywords: Art therapy setting, state of presence, *Temenos*, *Héstia*, physical distance, Covid-19.

---

[37] Arte-educadora com habilitação em Artes Cênicas pela UFPE. Mestra em Educação pela UFPE (2017). Arteterapeuta formada pelo Traços, estudos em Arteterapia. Arteterapeuta associada à Arte-PE (nº 121/0817). Contato: mairabrucee@gmail.com

[38] VALENÇA, Maira B. O Temenos: um olhar sobre o espaço-tempo de encontro das vivências arteterapêuticas, [Aguardando publicação em revista] 2017.

ARTETERAPIA
Cores da Vida
Ano 16 - Volume 27 - Edição Especial - 2020

El setting arteterapéutico en tiempos de distancia física: audífonos, estratégias de cuidado y democratización de la construcción del estado de presencia, un temenos viable en tiempos pandemicos

Resumen: Este artículo es basado principalmente en mi investigación ya iniciada y escrita en un artículo anterior sobre el setting arteterapéutico, en una búsqueda para profundizar la comprensión de los procesos que implican la atención en la terapia del arte. En segundo lugar, puedo decir que el contexto actual de aislamiento físico debido a la pandemia de covid-19, dio lugar a una curiosidad impulsada por el desafío que también comparto como arteterapeuta, de cómo es posible asistir con Arteterapia en esos momentos en que estar cerca no es una realidad posible. Al percibir el escenario como un espacio-tiempo ritualista, propicio para el viaje del individuo en el encuentro consigo mismo, donde todos los elementos están diseñados para provocar el estado de presencia en los sujetos y la experiencia de sus preguntas, surge el gran enigma de cómo sucede esto dentro de un espacio virtual. Articulo algunas nociones que definen el espacio terapéutico como un ambiente acogedor (Hestia), donde el tiempo puede expandirse (Kairós) en una experiencia transformadora (Temenos) para el individuo, considerando la composición sensorial del espacio-tiempo arteterapéutico como el pilar de la entrega y el viaje a los fines de sí mismos. Triangulé esta información que llevo en mi equipaje y las percepciones que traigo como arteterapeuta, con las percepciones de otros profesionales en el campo, para una mejor comprensión y mapeo de los procesos arteterapéuticos en la distancia física, para comparar experiencias, aprender colectivamente. Para este propósito, estructuré una entrevista cualitativa con nueve preguntas que apuntan a circunnavegar el tema de la preparación del espacio, en la búsqueda de mapear nuestros esfuerzos y medidas frente al desafío de proporcionar ambiente, tiempo, experiencia y presencia, estar distantes, sin olor, sin toque; imágenes recortadas de nosotros en la virtualidad de la relación en línea.

Palavras-clave: Setting arteterapéutico, estado de presencia, Temenos, Hestia, distancia física, Covid-19.

Sobre os vírus que atualmente ameaçam nossa saúde física e mental

A suposta estabilidade angariada pela ciência em nosso mundo, vez por outra leva uma rasteira, nos mostrando que não temos controle sobre nada em absoluto, e que o equilíbrio é algo dinâmico, que por vezes contará com grandes períodos de desequilíbrio até que venha a se restabelecer um pouco mais ao eixo de uma realidade confortável para os seres humanos. É sabido também que estamos frente à impossibilidade de continuar sustentando modos de vida que impliquem a destruição do planeta em que habitamos. Alguns parecem desconsiderar esta realidade a que estamos submetidos, e a confusão em que nos metemos enquanto sociedade desigual parece ser um fardo difícil de revolucionar.

A última queda de que estamos tentando nos levantar, se chama Covid-19, e sobre a origem e as características principais dela, a pesquisadora Xênia Macedo Souto (2020) escreveu:

> No final de dezembro de 2019, a Organização Mundial da Saúde (OMS) foi notificada de um conjunto de casos de pneumonia de etiologia desconhecida na cidade de Wuhan, província de Hubei (China) (OMS, 2020j). Mais de cinco meses depois, a Doença pelo Coronavírus 2019 (COVID-19), como foi posteriormente nomeada, já chegou em 188 países/regiões [...] nos quais já é responsável por centenas de milhares de mortes (JHU, 2020). Declarada como pandemia, em março deste ano, a COVID-19 é causada pelo coronavírus 2 relacionado à síndrome respiratória aguda grave (SARS-CoV-2) também conhecido como "novo coronavírus" (GORBALENYA et al. 2020), um vírus que, de acordo com o Centro de Controle e Prevenção de Doenças (CDC), se espalha facilmente e de maneira sustentada entre as pessoas (apud CDC, 2020). Entre as diversas formas de transmissão do SARS-CoV-2 destacam-se as pequenas gotículas produzidas durante as conversas, tosses e espirros, e o contato próximo entre indivíduos (CDC, 2020c; OMS, 2020k) (SOUTO, p.13).

Além deste panorama geral, corre uma história subjacente, acerca da gênese do vírus. Já comprovada, esta narrativa diz que o Covid-19 é de origem zoonótica, tendo surgido a partir da comercialização de animais silvestres para consumo humano no Mercado Atacadista de Frutos do Mar de Huanan, na China (SOUTO, 2020, p. 14). Seja castigo da natureza ou simples acaso infeliz, o tal bicho comportava um outro, extremamente nocivo ao nosso corpo, e a partir deste momento, nossa vida enquanto *comunidade planetária* (MORIN, 2012) sofreu uma grande reviravolta. Gosto de pensar na imagem de que atualmente estamos vivendo "em nossas tocas", pois isso me aproxima da ideia de que somos bichos também, mas bichos que nunca se recolhem, sempre invadindo os territórios dos demais bichos que aqui estão em merecimento tanto ou mais do que o nosso, o que me faz concluir que já tarda a hora de revermos nossa ação no mundo.

ARTETERAPIA
Cores da Vida
Ano 16 - Volume 27 - Edição Especial - 2020

A nossa sorte, se podemos chamar assim, é que vivemos num tempo em que a ciência goza de alguns importantes avanços, que nos permitem uma compreensão maior, em tempo relativamente curto, acerca do vírus. Viu-se que diante de uma realidade ainda bastante desconhecida, o que se tem por concreto é que a melhor forma de impedir a propagação do Covid-19 é a prevenção. Dentro do conjunto de estratégias preventivas estão: lavar as mãos com frequência, com água, sabão e/ou álcool a 70%; evitar tocar a boca, olhos e nariz antes de lavar as mãos, ao se expor à rua, ou ao contato com outras pessoas de fora do convívio domiciliar, e/ou ao tocar qualquer objeto passível de contaminação; limpar toda e qualquer superfície e embalagem chegada da rua; o uso de máscaras faciais ao sair de casa ou se relacionar com pessoas que estão em exposição, com sintomas e/ou principalmente, doentes; cobrir nariz e boca com a articulação do cotovelo ao espirrar ou tossir; e principalmente, exercer o distanciamento físico entre os indivíduos através de métodos que incluem quarentenas, restrições de viagem, fechamento de escolas e locais de aglomeração (SOUTO, p. 19).

Os atendimentos em Arteterapia, assim como todas as terapêuticas dentre diversos outros setores tiveram, portanto, uma interferência direta em seu funcionamento, devido à principal medida de prevenção e contenção do Covid-19 relatada acima, o distanciamento físico. Porém, em relação à nossa sorte de ter um avanço significativo do conhecimento científico – tão desvalorizado atualmente pelos setores conservadores e terraplanistas da política nacional – podemos enfim e ao menos, contar com a comunicação à distância proporcionada pelas vídeochamadas disponíveis em diversas plataformas e aplicativos. Através destas, reconfiguramos nossos atendimentos, nos abrindo para um novo fazer, novos aprendizados tecnológicos e uma nova forma de se relacionar terapeuticamente.

Desde o mês de março de 2020 o Brasil passou a aderir à quarentena, que ultrapassa muito mais do que quarenta dias. No momento em que escrevo este artigo, já cruzamos a linha dos 100 dias de reclusão. Muitas pessoas desrespeitam as normas de prevenção, muitos estados e municípios passaram a flexibilizar a quarentena, com a pandemia ainda em curva ascendente, ou seja, com os números de contaminados ainda em crescimento, sem ter sequer atingido o pico de contaminação. Esse comportamento e essa desorientação é sobretudo consequência de uma necropolítica genocida por parte do governo federal, o segundo grande vírus que enfrentamos atualmente no Brasil. O vírus antidemocrático, fascista, racista, machista, fundamentalista e patriarcal, centrado no lucro e na corrupção, se personificou na figura de um presidente que trata a pandemia como apenas “uma gripezinha” e que diante das dez mil primeiras vítimas, indagou “e daí?!”. A atual realidade política brasileira nos deixa ao deus dará, mas vulnerabiliza principalmente a população preta e periférica, que, não tendo acesso à ricos planos de saúde, lota o SUS, que em muitos lugares já se vê sem equipamentos e sem equipe suficiente para cuidar de toda a demanda diária, que só cresce.

Segundo o historiador da saúde Cueto:

> [...] saúde e enfermidade não são somente assunto de cientistas e sanitaristas [...] há sempre uma dimensão política envolvida. Em termos históricos, esta pandemia revela como, nos últimos anos, governos autoritários populistas de direita atacaram com torpeza a ciência e a saúde pública, além de diminuírem os recursos da pesquisa científica e do sistema público de saúde. As respostas insuficientes a esta pandemia são o resultado de anos de respostas insuficientes aos problemas de saúde como um todo. Como no passado, hoje, a ausência de liderança de governantes, assim como a xenofobia, a desinformação, o pânico, a desordem e o caos também agravam a calamidade sanitária (p. 2 e 3).

Os absurdos são tão intensos que estamos há quase três meses sem ministro da saúde, em plena pandemia. Já ultrapassamos o número de 50.000 mortos por Covid-19, numa média de mais de 1.000 mortes por dia, com mais de 1.000.000 de infectados. Isso, diante de números oficiais, sem considerar as possibilidades de subnotificação de casos, que multiplicariam esses dados pelo menos em três vezes. Tudo isso nos garantiu o título de novo “epicentro” da doença. Não há nenhum conjunto de estratégias, não há uma preocupação real em sair desta situação, e há uma preocupação subjacente com o lucro e com a economia que nos empurram ainda mais para o contágio e a morte, levando trabalhadores a sair de casa para servir ao patronato, num contexto de precarização e uberização do trabalho, que deixa essa população altamente descoberta de proteção social.

Para além das consequências na saúde da população, existem as consequências sociais e econômicas. De acordo com os autores Bonfim et al. (2020), é preciso considerar que se a principal medida de prevenção ao contágio e infecção por Covid-19 é lavar com frequência as mãos com água e sabão, o que será daqueles que representam expressiva porcentagem da população brasileira, que não têm saneamento básico nem abastecimento frequente de água em seus domicílios, ou que ainda, não possuem nenhuma seguridade financeira, precisando arriscar-se e se expor para angariar algum sustento para atravessar este período, que dirá ter sobras para compras de álcool em gel e equipamentos de proteção individual?! E ainda, o que será daqueles que nem casa tem?! Reforço ainda que a conquista do auxílio financeiro emergencial para o período de quarentena, que chegou ao valor estabelecido por pressão de partidos de esquerda, já que para o presidente se fixaria em um terço do que é hoje, corre sérios perigos, sendo constantemente ameaçada de corte e supressão pelo então excelentíssimo.

ARTETERAPIA
Cores da Vida
Ano 16 - Volume 27 - Edição Especial - 2020

Se nos primeiros anos do governo Lula[39] houve intensa redução da miséria, nos últimos anos mergulhamos novamente nela, e o impacto da pandemia promete que desçamos até o fundo do poço, não apenas no Brasil, mas no mundo, o que nos faz pensar na insustentabilidade deste sistema centrado no capital. Segundo Souto (2020):

> Na América Latina, a projeção da Comissão Econômica para a América Latina e Caribe (CEPAL) é de que a recessão induzida pela pandemia possa incluir até 22 milhões de pessoas no patamar de extrema pobreza (CEPAL, 2020). Dentre outras formas, a crise socioeconômica instituída pela pandemia pode ser sentida na escassez de suprimentos e aumento de seus preços, que pode ser explicada pelo aumento global do uso de equipamentos para combater o vírus; pelas compras em excesso frente ao pânico; e pelas interrupções na operação de fábricas e de setores de logística em muitos países (ELLIS; HICKEN; FANTZ, 2020; OMS, 2020n; RANNEY; GRIFFETH; JHA, 2020 *apud* SOUTO, 2020, p.24).

Também os sistemas educacionais estão sendo afetados, o que diante de condições tão extremas, pode representar a evasão escolar de muitas crianças e jovens que não tenham como dar continuidade aos estudos, sem as demais condições de vida atendidas. Esta situação também afeta as redes de proteção familiar. Além disso, há registros de aumento nos casos de violência doméstica e toda uma série de situações que desencadeiam do fato da doença e do isolamento.

Estamos imersos numa dupla falta de perspectivas de quando iremos nos reerguer da lama em que caímos. A cada dia uma notícia pior nos atinge, e naturalmente a saúde mental da população afunda junto à saúde física. Segundo Bolze et al. (2020, p. 15): “Sobre as temáticas que vêm sendo abordadas pelos profissionais de saúde mental junto à população geral, destacam-se: informações sobre reações esperadas no contexto de pandemia, como sintomas de ansiedade e estresse, além de emoções negativas, como tristeza, medo, solidão e raiva” (p. 15). Os autores agregam a este estudo, que é de abril deste ano, outras pesquisas elaboradas tanto durante o início da pandemia, na China, como pesquisas decorrentes de outras epidemias anteriores, como a da gripe espanhola e a do ebola.

Através deste material, mapeiam uma série de consequências na saúde mental, tanto da população geral, quanto de profissionais de saúde, decorrentes da situação traumática que é a lida com a doença, com a morte, com o isolamento, com o medo, com o desemprego, a vulnerabilidade financeira e de assistência de muitas famílias, com a sobrecarga de trabalho, principalmente no caso dos profissionais de saúde que estão envolvidos no tratamento do Covid-19, e que estão envoltos no medo, na frustração, seja em relação ao tratamento propriamente dito, aos casos que não são bem sucedidos, ou em relação aos equipamentos e à falta deles. Enfim, os autores levantam uma série de questões que revelam a complexidade com a qual tentamos lidar neste momento, e de um modo geral, como necessitamos de apoio e suporte em momentos como este.

Justifica-se, portanto, e integralmente são recomendadas as terapias *on-line*. Neste movimento, estamos nós, arteterapeutas, buscando, como muitos, saídas criativas para a travessia deste período junto a nossas e nossos clientes. Adaptação é a palavra do momento. Nos fiamos nisto que parece ser próprio do ser vivo – a capacidade de se adaptar a situações diversas e adversas. Precisamos estar inteiras e inteiros de algum modo, para ver depois do muro disso tudo, para ver o “sol brilhar mais uma vez”[40], e depois que cruzarmos esta passagem podermos ter alguma força de reconstrução coletiva, para o que considero e acredito fortemente que a criatividade e a arte serão elementos fundamentais.

Por falar em capacidade adaptativa do ser vivo, acredito que disso tudo, um fundo de esperança e de beleza se dá no fato de que a partir de nosso enclausuramento, em muitos pontos do planeta vê-se regenerar ambientes: a purificação do ar em algumas cidades antes extremamente poluídas; cristalinas águas que antes eram sujas pelo nosso excessivo uso e despejo de dejetos; animais, que antes se escondiam, cruzando avenidas vazias que antes deviam ser a casa sua. Isso reforça a ideia de que nosso sistema é completamente falível e inadequado, pois abafa a vida não somente dos outros seres, mas à nossa também. Me ponho pensando que agora, forçados pela complexidade das consequências de nossos atos, que vão muito além do binarismo do bom ou ruim, estamos sendo devolvidos à nós mesmos, recolhidos forçadamente para poupar vidas, e neste movimento vamos em direção ao nosso íntimo. A Arteterapia é um meio de trazer imagens deste íntimo à tona e de ajudar a criar novas realidades.

A Arteterapia e o *setting* arteterapêutico

A Arteterapia é um campo do conhecimento que atua na saúde criativa dos sujeitos, estimulando-os através da utilização de atividades sensoriais e meditativas, que levam à expressividade em materiais plásticos e suportes diversos, e em seguida à reflexão acerca do vivido e do que foi produzido. Para isto é preciso que ela

[39] Disponível em: https://noticias.uol.com.br/ultimas-noticias/agencia-estado/2014/09/16/brasil-reduz-a-pobreza-extrema-em-75-diz-fao.htm. Acesso em: 28 jun. 20

[40] Alusão ao samba “Juízo Final”, primeiramente gravado em 1973, de autoria de Nelson Cavaquinho e Élcio Soares. Pequeno histórico disponível em: http://qualdelas.com.br/juizo-final/. Acesso em: 18 jun. 20.

ARTETERAPIA Cores da Vida
Ano 16 - Volume 27 - Edição Especial - 2020

ocorra em um espaço-tempo acolhedor, onde sua livre expressão esteja assegurada, onde o mergulho que o sujeito irá fazer em suas próprias questões, esteja protegido pela circunscrição deste espaço, no tempo designado para tal. Com isso, busca-se alcançar um fluxo de criatividade[41], que nessa perspectiva representa saúde, pois partimos do pressuposto que um sujeito em sofrimento psíquico tem bloqueados seus processos criativos, e do mesmo modo um sujeito que não alimenta seu eu criativo, poderá entrar em sofrimento psíquico.

Buscamos alcançar o sujeito a partir da experimentação de materiais, com os quais amalgamam-se formas e imagens simbólicas que servem ao processo de autoconhecimento. Recriamos o espaço-tempo das coisas, pois buscamos vivenciá-las, buscamos nos relacionar com elas, resgatando isto cada vez mais raro: estar inteiro em algo, em algum lugar. Poder estender o tempo, degustá-lo, e se emocionar com isso. A isto, Angela Philippini (2011a) nomeou a "Dimensão Vivencial" (p. 18) em Arteterapia.

De acordo com Gadamer (2015, p. 105): "Vivenciar significa ainda estar vivo quando algo acontece". Estar vivo é estar inteiro. É estar imerso, mergulhado. Só posso estar inteiro, imerso em algo, se estou de mente, corpo e espírito. Por isso, para entrar na dimensão vivencial, precisamos "desmecanizar" nossas rotinas. Faz-se necessário trocar a rotina pelo rito, cuidando do nosso espaço interno e externo, revivescendo os sentidos – visão, tato, audição, olfato e intuição. Vivenciar o conhecimento de si no *setting* arteterapêutico é então, se permitir ao tempo necessário para a construção deste saber, é estar aberto ao mergulho. É deixar-se tocar, emocionar, sentir na pele, nos ouvidos, respirando e se conectando com a própria história e com as próprias pulsões.

A dimensão vivencial, no atendimento arteterapêutico, se pauta numa organização profana do tempo (ELIADE, 2012) isto é, o tempo do relógio, já que é neste tempo que funcionamos, porém, busca-se provocar o Tempo sagrado, o "não-tempo", onde ocorre o devaneio, a contemplação, onde vivenciamos algo significativo e como costumamos dizer: "nem sentimos o tempo passar". Este tempo, que podemos nomear como o tempo prazeroso *Kairós* é também uma metáfora recorrente nos estudos acerca do *setting* arteterapêutico, pois a figura arquetípica de Kairós personifica o momento oportuno, ele é a imagem do tempo presente, deste tempo sagrado, do devaneio, no qual as vivências acontecem. Ele se opõe ao tempo Cronos, cronológico, profano – no sentido de tempo ordinário, dos dias, das horas. Segundo Philippini:

> Na Grécia Antiga, para lidar com a complexidade dos fenômenos temporais, encontramos duas divindades míticas, Cronos e Kairós. Consideravam Cronos representativo do tempo linear, das horas, dias, semanas, meses e anos, entidade descrita como terrível e devoradora de seus próprios filhos, determinante de nossa "Crono-logia" assinalada em nossas certidões de nascimento, e impressa em nosso corpo pelas marcas do viver. Em contraposição, este mesmo universo simbólico grego nos fornece a possibilidade e referência para harmonizar e temperar os eventos temporais, através de outra divindade, a que chamavam de Kairós o regente do "momento oportuno" um espaço/tempo em realidade atemporal, em que somos o que somos, realizamos o que desejamos, expressamos o que queremos e entramos em conexão com o Si-Mesmo (p.38-39).

Kairós é a imagem do tempo em que nos deixamos levar por algo, que de tão prazeroso, nos faz não perceber a passagem desse tempo, um tempo onde o relógio não nos preocupa. Aquele momento em que trabalhamos em silêncio, em que nosso corpo se descontrai, e realizamos algo com concentração plena. O trabalho criativo e vivencial viabiliza essa entrega à própria subjetividade "pois oferece o espaço temporal para refletir sobre a complexa questão 'Quem eu sou?', fundamental para o processo contínuo de individuação" (PHILIPPINI, 2011b, p.39). Para a autora, é a arte que viabiliza nosso encontro com Kairós, pois é no fazer artístico que perdemos a noção das horas, de acordo com ela (idem):

> Um setting de Arteterapia por sua própria natureza nos ajuda a resgatar e restaurar o espaço/tempo de Kairós. Há ritos para começar: relaxar, respirar devagar, profundamente, convidar o inconsciente através das múltiplas modalidades expressivas. E depois numa paciente pescaria deixá-los vir, escapar às vezes, voltarem, e tantas vezes quantas sejam necessárias até que nos apropriamos deles, compreendendo seu significado (PHILIPPINI, 2011b, p.44).

Porém, para envolver os sujeitos nesse tempo sagrado, além da organização temporal, é necessária uma organização espacial do que chamamos: o *setting* arteterapêutico.

No velho dicionário de inglês de bolso de minha casa (COLLINS, 1997, p. 243), "setting" tem como primeira tradução, "cenário". As duas demais traduções não se articulam ao sentido que estamos tecendo aqui. Já no Google Tradutor[42], a palavra tem uma série de traduções possíveis, dentre elas destaco: cenário, ancoragem, instalação, moldura, acomodação. Portanto, *setting* tem a ver com a configuração e a circunscrição de um espaço

---

[41] Para saber mais sobre *fluxo criativo*, ver CSIKSZENTMIHALYI, Mihaly. A descoberta do fluxo: a psicologia do envolvimento com a vida cotidiana. Rio de Janeiro: Rocco, 1999.

[42] Disponível em: https://translate.google.com/?um=1&ie=UTF-8&hl=pt&client=tw-ob#en/pt/setting. Acesso em 28 jun. 20.

ARTETERAPIA
Cores da Vida
Ano 16 - Volume 27 - Edição Especial - 2020

onde ocorre uma ação. É um termo já usado em psicologia para designar o espaço onde a relação terapeuta-cliente ocorre. Mas, em Arteterapia, este setting ganha alguns traços próprios em relação à criação deste "cenário", de modo a incitar e estimular os fluxos de criatividade no sujeito que chega. A preparação das sessões exige a ambientação do espaço onde ocorrerá a sessão, pois o *setting* é o local que abriga o tempo sagrado, que permite a construção ritualística de uma sessão, e por isso ele tem um papel fundamental neste fazer. Através desta organização temporal e espacial, os participantes são levados a uma imersão em sua subjetividade e à transmutação de suas questões, por meio da atividade criativa e artística.

Em relação à esta configuração do espaço de atendimento arteterapêutico, o nosso *setting*, podemos convidar a deusa Héstia a sentar na mesa de nosso debate, pois segundo Freitas (2005) "Héstia congrega as pessoas e possibilita uma experiência anímica, um local vivo, onde há comunidade e comunhão. Ela nos permite transformar uma casa em um lar, uma cidade em um espaço vivo" (p. 59). Do mesmo modo, uma sala de atendimento, em um ambiente acolhedor. Hillman (1998, apud FREITAS, 2005) sugere, para pensar o espaço-tempo de acolhimento terapêutico – ao qual estamos chamando de *setting* que:

> [...] consideremos Héstia, a deusa grega que enfatiza a interioridade e o anonimato. [...] Trata-se de uma deusa *sem imagem*, comumente representada apenas por um círculo ou uma chama crepitante. Ela não sai em aventuras pelo mundo, mas permanece ao redor da lareira, que mantém acesa. Seu espaço é redondo, quente e acolhedor, no qual se pode devanear sem se perder, seguindo o movimento das fagulhas ou da crepitação do fogo, num estado contemplativo, aquietado. Imagens, ideias e sensações acabam surgindo e nos convidam a olhar para elas até que uma ganhe nitidez e se apresente com mais insistência." (p.57-58).

Castillejo (1973, apud FREITAS, 2005, p.58) explica que "Héstia traz *calor*. Aquece e, ao fazê-lo envolve, protege, acolhe e apazigua. Traz conforto ao corpo, que pode ficar à vontade e descontraído. Cria um clima de sossego e confiança, permitindo uma atitude aberta para o novo, que poderá apresentar-se". Segundo Freitas (2005):

> O tempo associado à Héstia não é o do relógio, do calendário ou dos prazos, aquele que delimita tarefas a cumprir. Ela permanece absorta no que faz, sem pressa, muito mais envolvida pelo tempo do que desafiada por ele. Essa deusa tem mais afinidade com o **tempo kairós** [grifo meu] do que com o cronológico. Quando regidos por Héstia, é frequente perdermos a noção do tempo, numa experiência que pode ser nutritiva e apaziguadora de tensões (p.62).

Portanto, Héstia e Kairós são conceitos que andam juntos na caracterização de um espaço e tempo onde através do aconchego, é possível se "ancorar" ali, podendo criar e devanear, onde é possível *estar presente*.

As sessões arteterapêuticas e a *presença* online

No atual contexto de distanciamento físico, a consequência do fechamento de consultórios e logo, de *settings* arteterapêuticos, nós, enquanto classe de arteterapeutas, temos buscado nos adaptar aos tempos, junto às nossas e aos nossos clientes. Esta condição me inquietou demais e por isso é o foco deste artigo: compreender como nós temos criado a nossa realidade de atendimentos, a partir dos vários e novos desafios que se impõem ao trabalho com Arteterapia em um contexto de distanciamento físico? De antemão, afirmo que acredito fortemente que os principais desafios giram em torno da questão da *presença*.

A *presença* no espaço-tempo do setting arteterapêutico é aquela que dança entre materiais, sentimentos e reflexões, sempre alerta, para tecer junto, as escolhas e as formas de olhar para a criação. O diretor e antropólogo teatral Eugenio Barba (1995), citando a dançarina indiana Sanjukta Panigrahi, escreveu: "'Temos duas palavras', [...] 'para descrever o comportamento do homem: *Lokadharmi* significa comportamento (*dharmi*) na vida cotidiana (*loki*); *natyadharmi* significa comportamento na dança (*natya*)'" (p. 09).

Considerando o teatro, minha formação primeira, como metáfora para o que estou buscando narrar aqui, por enxergar esta conexão em diversos momentos, convoco estes autores que fundaram o campo da "antropologia teatral", e que fizeram uma pesquisa profunda dos gestos cotidianos e extracotidianos de atores-bailarinos. Gestos extracotidianos estes, que penso nos servirem muito para pensar o estado de presença que assumimos quando atendemos em Arteterapia, assim como o estado de presença que buscamos provocar em nossas clientes, comparando nossa atuação em consultório como a atuação de um ator, no sentido de quem personifica um papel, em um espaço-tempo de ação.

Com algumas muitas distinções conceituais que nos cabem humilde e verdadeiramente tecer, afinal de contas "a" ou "o" cliente não são espectadores do processo que ocorre, pelo contrário, é preciso considerar esta cena de atendimento como uma conexão que exige presença dupla, em que todos são atores naquele contexto. No nosso caso, não queremos uma atenção voltada a nós, à nossa ação, mas queremos ajudar a cultivar uma atenção profunda a si e ao que está sendo trazido e construído dentro do espaço arteterapêutico, no *setting*. Portanto, o estar presente é algo que parte de um preparo, que enquanto anfitriãs do espaço buscamos incitar,

ARTETERAPIA Cores da Vida
Ano 16 - Volume 27 - Edição Especial - 2020

mas deve ressoar na pessoa que chega na busca de ritos que a ajudem a olhar e recriar aspectos de si que ela deseja cuidar.
Eugenio Barba (1995), em relação a ideia de *estado de presença*, narrou que:

> [...] Durante longo tempo pensei que isto [a qualidade de presença de um ator] era por causa de uma técnica particular, um poder particular que o possuía, adquirido através de anos e anos de experiência e trabalho. Mas o que chamamos de técnica é, de fato, *um uso particular do corpo* [grifo meu]. A maneira como usamos nossos corpos na vida cotidiana é substancialmente diferente de como o fazemos na representação. [...]. As técnicas cotidianas geralmente seguem o princípio do menor esforço: isto é, obter um resultado máximo com o dispêndio mínimo de energia. Ao contrário, as técnicas extracotidianas se baseiam no máximo emprego de energia para um resultado mínimo (p.9).

Aqui, quero considerar *corpo*, como corpo físico, humano, o nosso em ação, mas também o corpo do *setting* – o espaço em ação. Este corpo/espaço-tempo/*setting* é vivido de modo "extracotidiano" durante uma sessão. Barba (1995) não fala do corpo virtuoso de um acrobata, quando se refere à técnica do ator-bailarino, ou de um excesso de vitalidade; ele fala acerca da "vida" presente no ator. Isso remete imediatamente ao que citei anteriormente acerca do conceito de "vivência" descrito por Hans-Georg Gadamer (2015) quando diz que vivenciar é estar presente ali quando algo acontece. Estar vivo, com todos os poros atentos, em alerta, é estado fundamental para garantir a conexão entre arteterapeuta e cliente diante da realidade que está sendo gestada[43] no espaço do consultório. Não se trata apenas de uma sala onde se recebe alguém. Se trata de uma sala preparada para gestar processos junto a alguém, e isso exige desse espaço um preparo físico e energético, que o provoque sensorialmente, pois como bem disse Verena Kast (2016, p. 20): "Experiências sensoriais, experiências feitas com os sentidos são muito próximas de experiências de sentido".

A configuração sensorial do *setting* tem, portanto, um papel fundamental nesse processo de construção do estado de presença. Cheiros agradáveis no ar, luz baixa e eficiente ao trabalho, flores, velas, música, materiais de trabalho com arte: retalhos, linhas, tesouras, cola, imagens, argila, tintas, pincéis, etc., de um modo tal que a configuração deste cenário seja um convite acolhedor ao rito e à ação criativa. Para Freitas:

> O espaço costuma adquirir características ligadas ao **ritual** [grifo meu], que podemos associar ao *temenos* [grifo da autora], o espaço sagrado do mundo grego: geralmente, na sala há o canto do compartilhar [...], os lugares de reflexão e criação individual, os locais para armazenamento e exposição do material criado. Almofadas, [...] luzes, acesas ou apagadas, são elementos que ajudam a transformação do espaço físico em um ambiente psicológico (p. 59).

Em termos alquímicos, o temenos era um recipiente hermeticamente fechado, onde as substâncias se misturavam e onde ocorria a transformação da matéria. Neste sentido, em Arteterapia utilizamos este termo para falar do *setting* e das transformações ocorridas dentro dele, pelos sujeitos, através das suas produções expressivas. Daryl Sharp (1991, p.153), no Léxico Junguiano, define *Temenos* como: "Palavra grega que significa um lugar sagrado e protegido; psicologicamente, indica tanto um recipiente pessoal quanto o sentido de privacidade que cerca um relacionamento analítico".

Tendo em vista esta urdidura em que convocamos duas entidades, Héstia com o espaço acolhedor, e Kairós com o tempo dilatado, para abordar o estado de presença convocado no envoltório arteterapêutico, o Temenos, eis que retornamos à realidade possível do momento presente: em tempos de distanciamento físico, como construir presença, sem que se esteja presente corpo a corpo? Como criar, na distância, o envoltório do setting arteterapêutico de modo a convidar a cliente ou o cliente a estar ali concentradamente, a vivenciar o seu momento, a ritualizar os seus processos? Como promover vivência, território, acolhimento e presença em um *setting* virtual?

Como evocar a Héstia que habita na casa de cada cliente provocando uma dilatação no tempo Kairós, sagrado, da sessão, fazendo do encontro virtual, um *Temenos* viável?

Entrevistas e análise: Um mapeamento breve em tempos de Arteterapia à distância

Para tatear algumas respostas à estas questões nascidas do nosso momento pandêmico, lancei mão de um questionário estruturado qualitativo de caráter aberto, com dez questões que dirigi a 5 colegas da área aqui do Recife, arteterapeutas experientes, de quem muito admiro o trabalho. Por se tratar de uma pesquisa embrionária, não ampliei o público de entrevistadas, o que pode ser feito em momento posterior. Nestas questões busquei compreender:

> 1) Como tem sido atender com Arteterapia em tempos de distanciamento físico?

[43] Gestar no sentido de envoltório, aconchego, espera, paciência. De algo que vai parir e algo que vai nascer, sair, se dividir, se individualizar.

2) Como percebem a questão do setting arteterapêutico nesse contexto?
3) Se cuidam do quadro (cenário e retrato) que compõe a própria imagem e como?
4) Se convidam o/a cliente para cuidar do próprio cenário?
5) Como percebem o cuidado das e dos clientes com o espaço-tempo do atendimento?
6) Se isso foi um ponto conversado entre arteterapeuta e cliente?
7) Se percebem diferenças entre atendimentos em que há um cuidado prévio, próprio e da/do cliente, com a cenografia do espaço de atendimento e atendimentos em que não ocorre esse cuidado?
8) De que estratégias elas têm lançado mão para criar um espaço-tempo seguro, acolhedor e criativo para seus atendimentos?
9) Se sentem que o rito é possível nesse contexto?
10) Como é se relacionar arteterapeuticamente tendo a tecnologia como mediadora?

Para analisar este material me pautei na análise de conteúdo, por ser uma abordagem onde é possível triangular as informações coletadas em entrevista, com nossas próprias percepções e a literatura utilizada no trabalho. De acordo com a pesquisadora Laurence Bardin (2010): "A análise de conteúdo é um *conjunto de técnicas e análises das comunicações* [grifo da autora]" (p.33). Ela inicia com um "tratamento descritivo" (idem, p.37) do material coletado, no caso as entrevistas, em seguida parte-se para uma organização sistemática do que se repete em cada discurso: palavras, ideias, no caso específico, procedimentos adotados, e por fim infere-se a pertinência do conteúdo ao que está sendo exposto teoricamente. Através deste tipo de análise busquei fazer um levantamento das estratégias de atendimento arteterapêutico online, compreendendo o que mudou e o que se conservou na transição do *setting* físico para o *setting* virtual.

Mas será tão distante assim? Alguns resultados e discussão

Das 5 arteterapeutas que entrei em contato, apenas 3 responderam ao questionário, dedicando um tempo disputado e precioso para me ajudar neste processo de pesquisa, o que fala da intensa carga de trabalho que tem sido para muitas, o trabalho *on-line*, e que foi o motivo pelo qual as outras duas contatadas não conseguiram participar. Em detrimento da necessidade de preservar a identidade delas, pautando-me na ética necessária a qualquer processo de pesquisa, as designarei de modo simplificado, através das três letras: A, B e C. Todas responderam à todas as questões, muito embora eu tenha percebido que algumas perguntas poderiam ter sido unidas numa sentença só, pois separadas, sugerem repetições desnecessárias. Foi possível fazer um levantamento das estratégias de atendimento arteterapêutico online, compreendendo o que mudou e o que se conservou na transição do *setting* físico para o *setting* virtual.

Criei algumas categorias a partir de palavras ou ideias que se repetiram nas respostas das três entrevistadas, estas categorias são: 1) Estratégias de atendimento; 2) Vínculo arteterapeuta-cliente; 3) Presença; 4) Disponibilidade Interna; 5) Construção do setting; 6) Flexibilidade. Abordarei cada categoria, trazendo as referências de suas respostas.

Em relação à primeira categoria "Estratégias de atendimento", posso dizer que é a maior e mais abrangente delas, incorporando as demais, pois vi que engloba uma série de ações que visam a adaptação à este novo formato. Formato esse que foi difícil à priori, pelo que ficou registrado nas respostas de "B" e de "C", mas também se traduziu como uma "grande aventura" como disse "C", que depois de um tempo sentiu seu processo criativo ganhar fluxo, inclusive utilizando materiais disponíveis online. Do caráter adaptativo deste contexto que atravessamos, a necessidade de "planejamento prévio" como relatou "A", e de "estratégias" como relataram "A" e "C". Partindo da ausência dos materiais expressivos presentes nos seus respectivos *settings* arteterapêuticos, a principal estratégia citada por todas foi o mapeamento de materiais disponíveis a cada cliente em suas respectivas casas, assim como a necessidade de flexibilizar o uso específico de materiais em certas questões trazidas durante o atendimento. Como descreveu "B":

Eu venho tentando ressignificar a estranheza de um setting virtual. A falta do material plástico, da ambiência sensorial e sonora, a energia da troca de olhares e toques, de fato torna o setting sem a carga própria dele. Mas, o tempo vai ajustando esses detalhes e novos significados vão sendo mobilizados nesse setting-tela. As substituições dos materiais, do encontro presencial, da arquitetura da sala vão sendo encontradas através da confiança e vínculo entre nós. Aliado a isso, uma boa dose de permissão. Permitir que a imagem surja, que o material seja o possível, que outros caminhos são bem vindos. Que a imagem interna não perca sua carga expressiva porque não foi usada com material específico. Acreditar que profundidade interna e comunhão externa podem ser plasmados num papel pardo ou numa visualização.

"A" e "B" levantaram também a questão do envio de materiais de SoulCollage® para clientes terem acesso a este material ao longo das sessões, o que pode ser uma excelente sugestão para todo o nosso campo, e pode também ser ampliado para outros materiais que sejam interessantes de enviar, conforme o contexto dos atendimentos, ou até mesmo quem sabe, esse resgate do envio postal, como recurso arteterapêutico. Outras estratégias levantadas por "A" foram a contação de histórias e a escrita poética, recursos acessíveis para o trabalho, neste momento.

ARTETERAPIA
Cores da Vida
Ano 16 - Volume 27 - Edição Especial - 2020

Dentro ainda do campo “Estratégias de Atendimento”, foi possível identificar o relato comum da necessidade, nessa transição do *setting* do consultório, para o *setting* virtual, de um investimento em materiais e estruturas que permitissem um melhor fluxo na sessão. As participantes “A” e “B” citaram a importância de bons fones de ouvido, no sentido da qualidade tecnológica e do conforto no uso; “A” trouxe a importância de uma boa cadeira de atendimento, com conforto; e “B” levantou sua procura por um plano de internet de maior qualidade, de modo a não interromper as ligações por vídeo. “B” pontuou ainda como estratégia ter feito ensaio de ligação com as clientes, para “checar áudio, imagem...”.

Outra estratégia surgida na entrevista com “B” foi a de sensibilizar a casa inteira, as demais pessoas do convívio doméstico, acerca do momento do atendimento. Quando ela diz: “O fato do *setting* ser virtual talvez até exija mais preparação interna além da externa. É um estado de prontidão diferente e mais exigente. Como estamos em casa, isso precisa ser estendido a todos que estão ao redor. O momento de atendimento deve ser respeitado pela casa inteira”. Esta narrativa também está atravessada pela ideia da preparação interna que categorizei como “Presença”, mas da qual falarei mais adiante.

Dentro das estratégias de atendimento, está a **configuração do *setting*** pelas e pelos clientes, que foi pergunta que lancei. Esta questão esbarrou na ideia de **vínculo**, pois de acordo com todas elas, pelo vínculo já construído no consultório, muitas das próprias clientes organizaram seu espaço de acordo com o que vivenciavam no espaço arteterapêutico. Muito embora, tenha havido instruções ou simples advertências, não houve um direcionamento específico acerca da utilização de cheiros, ou ambientação do espaço. Como disse “C” à respeito desta questão, se estimularam clientes a cuidar do próprio “cenário”, ela respondeu: “Não exatamente do cenário. Costumo estimular para que esteja em um espaço que favoreça o mergulho interior.”. Já “B” respondeu: “No momento inicial falamos sobre o espaço ter privacidade, o uso do fone. Mas deixei a cargo de cada uma sobre como resolver o próprio cenário.”. E “A” nos diz que: “Solicito que ele coloque o celular ou iPad parados em algum lugar, e oriento que eles possam se vestir adequadamente e ter um espaço acolhedor e sigiloso. Algumas pessoas tem feito sessão no quarto, peço que não o façam deitadas na cama. Que possam se organizar.”.

Portanto, a ideia de setting como cenário não faz muito sentido aqui. A construção do espaço de atendimento é muito mais uma construção de um espaço de conforto e de atenção, ou seja, um conforto não tão confortável para dormir, e uma atenção não tão tensão de modo a não se entregar ao processo. Essa revelação me levou a questionar minha utilização do termo “cenário” nas entrevistas, e a refletir sobre ele. Além da tradução imediata do inglês para o português, em que a palavra *setting* tem como um de seus sentidos, a palavra “cenário”, considero também que quando me utilizo deste termo ao adjetivar esse espaço, é muito considerando um cenário não fútil, não apenas decorativo, mas essencial.

Talvez novamente, algumas abordagens teatrais possam tecer algo interessante de se refletir aqui. Em relação à isto que estou elucubrando, me apraz a abordagem do diretor e teórico polonês, Jerzy Grotowski, quando defende a ideia de um “Teatro Pobre” (1992), e com isso argumenta que o fundamental à ação é a relação ator-espectador, que aqui, como disse antes, acredito que se mescla, e ainda mais refletindo sobre a utilização destes termos, penso agora que não apenas os clientes são atores no processo, e nós também; como somos nós as espectadoras no processo que está sendo gestado. E muito embora isso gere toda uma outra ou várias outras reflexões, o que eu queria trazer aqui em relação ao termo “cenário” é que ele pode ser apenas uma casca de fato, e aí não faria nenhum sentido ao atendimento arteterapêutico, *on-line* ou ao vivo, mas ele também pode ser exatamente esse espaço alquímico, o Temenos, um envoltório que colabora para que a ação ocorra, e que não atrapalha o fundamental, mas ajuda a construir esta que é a relação entre os atores do processo.

E aí se este rito vai ser demarcado pelo acompanhamento de uma vela, de uma luz baixa, de um cheiro que ambiente e da exposição dos materiais, diante da pandemia e do distanciamento físico, as condições e a criatividade é que vão orientar esta magia. De todo modo, ainda estão presentes para as arteterapeutas entrevistadas, os seus próprios ritos de organização do espaço e da construção do próprio estado de presença. Isso me leva a pontuar que as categorias não são fechadas, elas se atravessam bastante, em algumas respostas mais que em outras. Neste caso, demarquei que os **ritos** de organização do atendimento e **configuração do *setting***, são uma **estratégia** que visa ativar o **estado de presença**. Estas situações estão narradas nos seguintes trechos de entrevista:

B: Eu procuro chegar um tempo antes... monto a mesa, óleo essencial pra eu usar, um incenso, copo de água, café ou chá, e como venho utilizando a aquarela, deixo a pintura em andamento perto de mim, aproveito pra fazer detalhes, desenhos, leio minhas observações da sessão anterior, vou me subjetivando e me presentificando até dar a hora em que aviso que estou ali.
C: Me preparo para o início do dia de trabalho. Escuto uma música, vejo algo inspirador vou começando a criar espaço em mim. Entre os atendimentos costumo parar um pouco, respirar. O espaço criativo e seguro também se localiza internamente.
A: Além do dito acima estar me cuidando e alimentando o meu processo pessoal,
que é algo imprescindível [...].

ARTETERAPIA
Cores da Vida
Ano 16 - Volume 27 - Edição Especial - 2020

Portanto, a categoria "presença" se presentifica neste cuidado com "interno", nesta abertura cultivada antes do início do trabalho. Nesta saída de um estado "cotidiano" para um estado "extracotidiano" de atenção. Há um preparo para entrar na ação. Uma ativa-ação do campo da concentração, da intuição, da sensibilização ao que virá do outro lado, e atualmente, do outro lado da tela. Cuidar do próprio criativo é cultivar a presença, posto que se ela é isto que se dá na vivência mesma, no "estar vivo quando algo acontece", este estar vivo nada mais é do que estar em prontidão, alerta para a intervenção necessária naquele momento. Portanto, quando falam em "disponibilidade interna", estão, a meu ver, falando em presença.

Ainda em relação à categoria: "Construção do Setting" vi que houve para "B" e "A", algum planejamento com a moldura que comporta a própria imagem – imagem que chega ao cliente. As entrevistadas nos disseram:

"B": Tudo teve ensaio. Uma maquiagem leve. Um fundo bonito. Um ambiente, em tela, acolhedor. Com os ensaios algumas coisas foram agregadas e outras retiradas. Não tem mais maquiagem. Tem mais cuidado com a luz, pra poder ver e ser vista. Um cenário pouco invasivo. Quando há uma mudança de locação, é compartilhada... problemas com luz da janela, internet, barulho na rua. Foco mais no compartilhamento das reais possibilidades. E aí, vamos se ajustando em comum acordo.
"A": Sim. Me organizo como faço para o trabalho presencial. Como atendo na minha sala, fico atenta ao que aparece na tela, troquei a visão de sapatos por plantas. É mais agradável.
"C": Cuido para que eu possa entrar em um fluxo de escuta e presença. O ambiente precisa ser um convite para o sagrado criativo.

"Flexibilidade" é uma categoria criada especificamente a partir das respostas à última pergunta, que tratou da relação com a tecnologia como mediadora dos atendimentos. Nesse ponto, todas levantam o desafio que é lidar com as interferências de sinal, com os medos de que caia a energia ou mesmo a internet, de que isso as mobiliza a ter sempre uma postura flexível e criativa, mas que também tem sido aliada nessa construção, e que também tem oportunizado aprendizados e trocas muito ricas entre arteterapeuta e cliente. Apesar disso, em relação à questão acerca da viabilidade do rito nesse contexto, viu-se que o rito é sim possível também através deste suporte da tecnologia, isto foi uma resposta unânime.

Fones de ouvido, direção de arte do quadro que compõe a própria imagem e a democratização da construção do estado de presença, um temenos viável em tempos de pandemia

Esta resposta de "A" sobre como ela percebe o setting nesse contexto, me deixou muito reflexiva. Ela disse: "*O setting se configura como virtualidade que é sempre*. *Procuro organizar o espaço de maneira confortável e acolhedora. A maior dificuldade é a instabilidade da rede. Como dito acima, @s clientes participam efetivamente da construção desse setting*.". Acho que esta sentença resumiu todas as questões trazidas, mas a parte grifada tem muito a ser debatida. Muito mais do que este pequeno artigo pode comportar.

"O setting se configura como virtualidade que é sempre". Acho que uma conclusão que ficou para mim é que o setting é mais do que espaço-tempo físico/material; mais do quê o cenário. Ele é o espaço-tempo interno que se cria para o vínculo, a partir da presença. É o que envolve o que é vivencial e o que emerge, é o que dá continente ao processo. E isso me faz refletir que alguns conceitos esbarram no limite de falarem acerca de algo imaterial. Algo que é concreto, mas que também é pouco palpável, por se tratar de algo *virtual*. Controversamente, a virtualidade[44] das nossas relações no distanciamento físico forçado pelo Covid-19, deu concretude à virtualidade do *setting*. E isso nos liberta. Nos liberta das coisas. Dos cenários fúteis, cheios de paramentos. Isto nos leva para a relação. Para o Teatro Pobre que é muito centrado na criatividade dos atores envolvidos. Na capacidade de fazer muito com pouco, posto que ao encontrar a verdade[45] do gesto se estabelece a presença, o vínculo, e o Temenos se faz.

Sobre como percebe o setting nesse contexto, "C" respondeu de modo também muito interessante a meu ver. Ela disse que: *"O setting se expandiu. É a minha casa, a casa do cliente e tudo o mais que está disponível na web".* Portanto, acho que essa pesquisa mudou meu ponto de vista acerca de termos sido limitadas por esta realidade que se inaugura. Confesso que prefiro ainda a presença. Mas que desafio bonito, engrandecedor dos nossos processos criativos, expansor da construção do espaço envoltório, que antes ficava muito ao nosso cargo, e que interessante perceber a web como essa enorme biblioteca, que pode ser uma grande aliada, caso saibamos pesquisar e utilizá-la ao nosso favor.

Trazendo um pouco de minha experiência, ainda iniciante na arte da Arteterapia, pois atendo a menos de um ano, portanto, longe de mim tecer comparações com estas figuras-inspirações que entrevistei. E na verdade, confesso que vi esta pesquisa como uma bela oportunidade de aprender mais. Mas como disse que iria trazer minha bagagem pro debate, digo que confesso que cuidei do quadro que iria aparecer junto comigo, com a

[44] Ver variações da ideia de "virtual". Disponível em: https://pt.wikipedia.org/wiki/Virtual . Acesso em: 28 jun. 2020.
[45] A verdade aqui para mim tem a ver com a ideia de coragem em Philippini (2013), com um fazer de coração, este "senhor do tambor".

imagem que eu ofertaria às minhas clientes. Mas sem grandes movimentos. A ideia era um pouco parecida com "B", sem ser invasiva, querendo reproduzir algo de aconchegante, algo de rito. Mas ali também era o momento em que eu mesma me concentrava antes, me presentificava. E os rastros dessa presença ficavam ali, para que a cliente visse que cuidei previamente do nosso encontro, ainda que distantes.

Minhas estratégias também se pautaram e se pautam principalmente em mapear recursos possíveis, que elas tenham à mão. Mas também se pautam na escuta; também no investimento em fones de ouvido; no convite a que cuidem do próprio espaço da sessão; na leitura de histórias; no uso de baralhos com métodos de sorteio à distância, e acredito que muitas estratégias ainda vão emanar da fonte do criativo, já que não temos muita previsão de retorno ao que éramos antes.

Para mim, perceber a virtualidade do setting não diminui a importância do encontro concreto, corpo a corpo. Na verdade, ressalta a saudade de nos relacionarmos sem que o sinal fique caindo. Também expande a potência, adapta e diversifica as possibilidades do que é *encontro*. Dividir esta construção com os clientes é democratizar o cuidado com o envoltório da construção de um estado de presença. É trazer para estas pessoas a responsabilidade de cuidarem de seu espaço interno e de se fazerem presentes, seja através do cuidado do espaço externo ou não. E na verdade, vivenciar tudo isso dando suporte ao outro, só é possível se estivermos nos dando e buscando suporte também, pois a maré está turva e nossos barcos tentam remar numa tempestade danada de intensa. Talvez seja de fato a vida mandando que a gente olhe pra dentro, para a nossa "disponibilidade interna". Fico feliz de ter o criativo como timão nessa jornada da vida, pois seja como for, quando a maré baixar e lavar os escombros, precisaremos de muita reconstrução, criatividade e arte, e isso só será possível se estivermos presentes, de corpo, mente e espírito.

Referências

BARBA, E.; SARAVESI, N. **A arte secreta do ator**. Campinas, SP: Hucitec, 1995.

BARDIN, L. **Análise de conteúdo**. Lisboa: Edições 70, 2010.

BOLZE, S. D. A.; CREPALDI, M. A.; DEMENECH, L. M.; NEIVA-SILVA, L.; SCHMIDT, B. **Impactos na saúde mental e intervenções psicológicas diante da pandemia do novo coronavírus (Covid-19)**. SciELO Preprints. 2020. Disponível em: https://www.scielo.br/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0103-166X2020000100501. Acesso em: 25 jun. 2020.

BOMFIM, H. F.; MACEDO, Y. M.; ORNELLAS, J. L. Covid-19 no Brasil: o que se espera para a população subalternizada. **Revista Encantar – Educação, Cultura, Sociedade** – Bom Jesus da Lapa, v. 2, p.1-10, jan./dez. 2020.

CUETO, M. **O que um historiador da saúde tem a dizer sobre a pandemia do novo coronavírus (Covid-19)?** Entrevista de Marcos Cueto a Bruno Leal. In: Café História – História feita com cliques. Disponível em: https://cafehistoria.com.br/um-historiador-da-saude-fala-sobre-novo-coronavirus/. Publicado em: 30 mar. 2020. Acesso: 16 jun. 20.

Dicionário Collins: Inglês/Português – Português/Inglês. São Paulo: Disal, 1993.

ELIADE, M. **O Sagrado e o Profano**: a essência das religiões. São Paulo: Martins Fontes, 2012.

FREITAS, L. V. **Grupos vivenciais sob uma perspectiva junguiana**. São Paulo: Psicologia USP, v.16, n.3, p.45-69, 2005.

GADAMER, H.-G. **Verdade e método I**: traços fundamentais de uma hermenêutica filosófica. Petrópolis, RJ: Vozes, 2015.

GROTOWSKI, J. **Em busca de um teatro pobre**. Rio de Janeiro: Civilização Brasileira, 1992.

KAST, V. **A alma precisa de tempo**. Petrópolis, RJ: Vozes, 2016.

MORIN, E. **Os sete saberes necessários à educação do futuro**. São Paulo: Cortez; UNESCO: Brasília, 2011.

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

_____. De Cronos até Kairós: a construção de um tempo de criação. **Arteterapia: Revista Imagens da Transformação**. v.8, n.8, nov. 2011(b).

_____. **Para entender Arteterapia:** cartografias da coragem. Rio de Janeiro: WAK, 2013.

SHARP, D. **Léxico Junguiano**: dicionário de termos e conceitos. São Paulo: Cultrix, 1991.

SOUTO, X. M. COVID-19: aspectos gerais e implicações globais. **Recital – Revista de Educação, Ciência e Tecnologia de Almenara**. v.2, n.1, jan/abr. 2020. Disponível em: http://recital.almenara.ifnmg.edu.br/index.php/recital. Acesso em: 16 jun. 2020.

VALENÇA, M. B. **O Temenos:** um olhar sobre o espaço-tempo de encontro das vivências arteterapêuticas, [Aguardando publicação em revista], 2017.

ARTETERAPIA
Cores da Vida
Ano 16 - Volume 27 - Edição Especial - 2020

16 – A IMPORTÂNCIA DA ARTE PARA "PAIS" e "FILHOS" EM ÉPOCA DE PANDEMIA - "UM DESAFIO"

Ellen de Lourdes Pelliciari Fanfoni[46]

Resumo: Com o período de reclusão domiciliar ao qual estamos passando, com o distanciamento social, como prevenção do Covid-19 veio meu interesse de conhecer a rotina dos pais que estão com seus filhos dentro de casa e também tendo que lidar com as atividades de Artes em aulas remotas. Exige-se muita paciência e muita criatividade na prática artística sendo realizadas através dos meios digitais constando também com a contribuição dos profissionais da educação com propostas saudáveis para o desenvolvimento dos jovens e crianças. Minha atenção maior é de averiguar como estão lidando com as atividades de artes dentro deste cenário remoto, considerando a arte um contato com as emoções e sentimentos. Por meio da Arte esses sentimentos se tornam mais visíveis e é fundamental para uma possível mudança de comportamento onde os pais poderão conviver mais com seus filhos e saber um pouco mais do que gostam e se tem algo que os incomodam. As atividades artísticas contribuem com ricas possibilidades para o desenvolvimento humano. A arte depende das vivências culturais as quais são expostas às pessoas desde que a pessoa nasce e dizemos que ela é a linguagem da vida e por meio dela transforam-se o mundo, ajuda a lidar com as tristezas e diminui os níveis de estresse.

Palavras-chave: Distanciamento social; Arte; Criatividade; Emoções; Sentimentos.

The importance of art for "parents" and "children" in times of pandemic - "a challenge"

Abstract : With the period of home confinement we are going through, with social distance, as prevention of Covid-19 came my interest to know the routine of parents who are with their children at home and also having to deal with the activities of Arts in remote classes. It takes a lot of patience and a lot of creativity in artistic practice, being carried out through digital media and also with the contribution of professional in education with healthy proposals for the development of young people and children. My greatest attention is to find out how they are dealing with arts activities within this remote scenario, considering art as a contact with emotions and feelings. Through Arts these feelings become more visible and it is fundamental for a possible change in behavior where they can live more with their children and know a little more about what they like and if there is something that bothers them. Artistic activities contribute with rich possibilities for human development. Art depends on the cultural experiences that are exposed to people since the person be born and we say that it is the language of life and through its the world is transformed, helps to deal with sadness and reduces stress levels.

Keywords: Social distance; Arts; Creativity; Emotions; Feelings.

La importancia del arte para los "padres" y los "niños" en tiempos de pandemia: "un desafío"

Resumen: Con el período de encierro domiciliario que estamos atravesando, con la distancia social, como prevención del Covid-19 surgió mi interés por conocer la rutina de los padres que están con sus hijos en casa y también tener que lidiar con las actividades de las Artes en clases remotas. Se necesita mucha paciencia y mucha creatividad en la práctica artística, que se lleva a cabo a través de medios digitales y también con el aporte de los profesionales de la educación con propuestas saludables para el desarrollo de jóvenes y niños. Mi mayor atención es conocer cómo están lidiando con las actividades artísticas en este escenario remoto, considerando el arte como un contacto con las emociones y los sentimientos. A través del Arte estos sentimientos se hacen más visibles y es fundamental para un posible cambio de comportamiento donde los padres podrán convivir más con sus hijos y saber un poco más de lo que les gusta y si hay algo que les molesta. Las actividades artísticas aportan ricas posibilidades para el desarrollo humano. El arte depende de las vivencias culturales que se exponen a las personas desde que la persona nace y decimos que es el lenguaje de la vida y a través de él se transforma el mundo, ayuda a lidiar con la tristeza y reduce los niveles de estrés.

Palavras-clave: Distancia social; Arte; Creatividad; Emociones; Sentimientos.

[46]Arteterapeuta e Artista Plástica, Cuiabá-MT.

ARTETERAPIA
Cores da Vida
Ano 16 - Volume 27 - Edição Especial - 2020

Muitas famílias com filhos estudando em escolas particulares ou públicas, tentam se adequar a uma nova condição de vida nessa pandemia onde se encontram isolados sem poder sair de seus lares.

O questionamento é: O que fazer para distrair os filhos em casa nesse momento tão delicado que passamos? É uma pergunta que todos os pais e responsáveis fazem todos os dias, pois não tem a experiência de estar em modo remoto estudando com seus filhos. Tornar o momento em gratificantes atividades que os envolvam para ao mesmo tempo divertir e aprender, sem aulas presenciais, sem passeios, sem parques e shoppings sem sair para poder brincar com os amiguinhos ou jogar uma conversa divertida para se distrair é um desafio.

As crianças e adolescentes ficam concentrados a tudo o que está ocorrendo ao seu redor, devemos então passar a mensagem para estabelecer um diálogo sincero e constutivo para que possam desenvolver suas atividades com eficiência. Devemos ser bem claros esclarecendo que, diferente do que estavam acostumados no recesso escolar normal, agora é hora de outras medidas de prevenção e é preciso complementar as atividades em casa a partir das aulas que estão acontecendo em modo remoto.

No decorrer desse percurso, os pais, terão esgotado todas as atividades e terão que recorrer a criatividade e imaginação. A sugestão é trabalhar a arte com seus filhos recorrendo as aulas que estão acontecendo em modo remoto e aproveitar cada segundo desse momento saudável, sendo assim uma maneira de estar conhecendo melhor seus filhos e trazendo-os para junto de si.

Através da Arte esses sentimentos se tornam mais visíveis sendo fundamental para uma possível mudança onde poderão entender melhor os filhos, seus sentimentos e saber do que mais gostam e se tem algo que os desagradam os deixando para baixo.

Esse momento que os pais poderão aproveitar desse tempo com as aulas de artes que estão acontecendo online, aproveitar a participação dos professores com as atividades práticas, para resgatar e trazer seus filhos para mais perto, tendo uma convivência que muitas vezes não houve oportunidade pela falta de tempo por um excesso de trabalho, e que as crianças ou adolescentes tanto necessitam dessa interação.

O fazer artístico envolve todo seu desenvolvimento para quem o faz, portanto, é uma maneira saudável de brincar com os filhos e também atividades ceriativas feitas com os pais.

Com as várias opções de atividades a arte passa a ser uma brincadeira com a oportunidade de uma relação carinhosa entre pais e filhos.

As brincadeiras podem envolver a fabricação de fantoches para promover teatrinhos, pintar pedras, desenhar e pintar mandalas, fazer massinhas caseiras, hora da leitura, chocalhos com tampinhas e outros instrumentos musicais reciclados.

Barros (1987, p. 186), faz a seguinte declaração “a maioria dos adultos percebe que, à medida que a criança avança em idade e consequentemente, em seu desenvolvimento motor, mental e social, vai apresentando mudanças em sua atividade lúdica, no uso de brinquedo e nos afetos com que brinca”. Cada faixa etária dos filhos é diferente e tem-se que escolher o que é mais adequado para estar trabalhando e lhe agradando.

Conseguindo um bom espaço em sua casa, pode-se até estar fazendo uma boa corrida com obstáculos, o importante é usar a criatividade e resgatar brincadeiras populares conhecidas. Muitos gostam de músicas e poderão também arrasar com as canções, trazendo as músicas antigas, populares, as tradicionais e cantigas de roda, para que os filhos possam conhecer estilos musicais que caíram no esquecimento nos dias atuais.

Incentivar a criatividade e a imagonação, deixando as crianças expressarem aquilo que pensam e sentem através da arte podemos ter grandes surpresas, além disso, usar a criatividade nas representações, nas esculturas e nos desenhos, terão um maior significado.

Para Kneller (1978) a criatividade, é a descoberta e a expressão de algo novo que dá prazer ao criador, a imaginação é que ajuda a conectar com as emoções e dará significado aos acontecimentos ao nosso redor e possibilita inspirar mundos ainda não vividos. Com a participação dos pais, responsáveis as crianças e os jovens poderão desenvolver suas atividades artísticas de maneira criativa expressando assim suas emoções.

Também é possível trabalhar temas e desenvolver atividades voltadas a família, favorecendo a diversão, o laser e o mais importante a convivência dos filhos com os pais e da familia. E que tal ensiná-los a plantar frutas e verduras pois são fáceis de cultivar em recipiente plástico que se tem em casa e que podem ser reciclados. Dessa forma, ensina as crianças sobre a vida, responsabilidade, ciência, paciência, nutrição e sustentabilidade.

Essa pandemia trouxe uma reaproximação das famílias, e faz com que aflore a criatividade dos pais fazendo com que descubram objetos dentro de casa que servem para criar atividades lúdicas para utilizarem com seus filhos durante o isolamento para evitar a propagação do Coronavírus.

Nesse momento de quarentena, mais do que nunca, exige reflexão, informação, estudo através da Arte e troca de experiências e muita paciência.

O processo do brincar está inserido dentro do fazer artístico sendo lúdico e essencial para a cultura e o desenvolvimento da criança e do adolescente.

ARTETERAPIA
Cores da Vida
Ano 16 - Volume 27 - Edição Especial - 2020

As crianças brincam de maneiras diferentes, assim como, para diferentes gerações, modificam as formas de brincadeiras. Por isso, devemos entender que as características das brincadeiras mudam, dependendo de quem, quando e onde brincam.

Ela não apenas reproduz o que percebe, mas usa a criatividade, a imaginação para fazer a sua leitura de mundo, dando significados próprios para tudo aquilo que ela observa e percebe. Interage com manifestações de linguagens artísticas e estéticas.

Queiramos ou não, é evidente que a criança já vivencia a Arte produzida pelos adultos, presente em seu cotidiano e os imita. É óbvio que essa Arte exerce vivas influências estéticas na criança. É óbvio, também, que a criança com ela interage de diversas maneiras (FERRAZ; FUSARI, 1993, p. 43).

Conforme Brougère (2001), quando afirma que a brincadeira depende da interpretação dos atores sociais. "A brincadeira não é um comportamento específico, mas uma situação na qual esse comportamento toma uma significação específica" (Brougère, 2001, p. 100). O autor fala sobre se ter liberdade na brincadeira, da necessidade de escolher, de querer e gostar de brincar, a "magia do jogo" pode acontecer nas mais diferentes situações onde se encontram os jovens e as crianças visando seu bem estar e valorizando sua individualidade.

Considerações finais

Os pais ou responsáveis devem participar com os filhos no momento de explorar a Arte demonstrando real interesse nas atividades, nas brincadeiras e incentivando-os, participando juntamente com os filhos no seu desenvolvimento e na capacidade de criar.

Dessa forma com a ajuda dos pais ou responsáveis os jovens e crianças podem desenvolver suas atividades de artes de maneira criativa expressando assim suas emoções e tendo a oportunidade de estarem juntos nesse processo de fazer. Estimular diversas atividades nas práticas artísticas com o propósito de perceber as habilidades e necessidades de cada jovem ou criança visando o desenvolvimento da sensibilidade, da socialização e educação.

Vamos disponibilizar a receita de uma massinha caseira para os pais e filhos se deliciarem e mandalas para pintar:

Para fazer a sua massinha você vai precisar de:

- 4 xicaras de farinha de trigo;
- 1 xicara de sal;
- 3 colheres de sopa de óleo;
- corante alimentício.

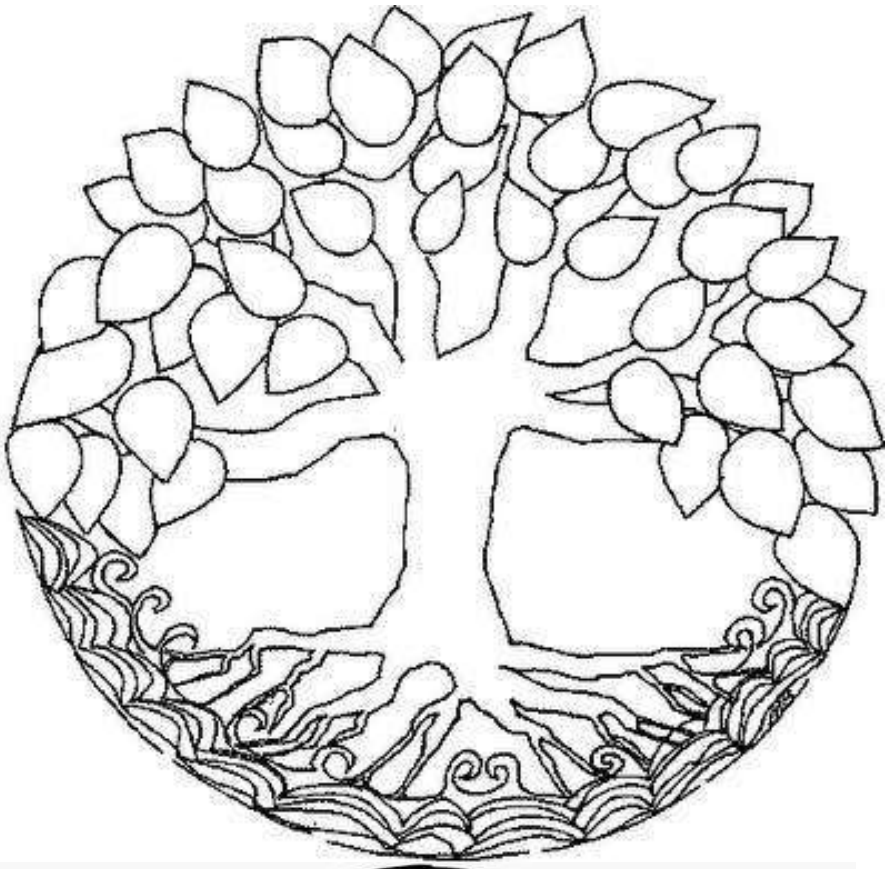
Modo de preparo:

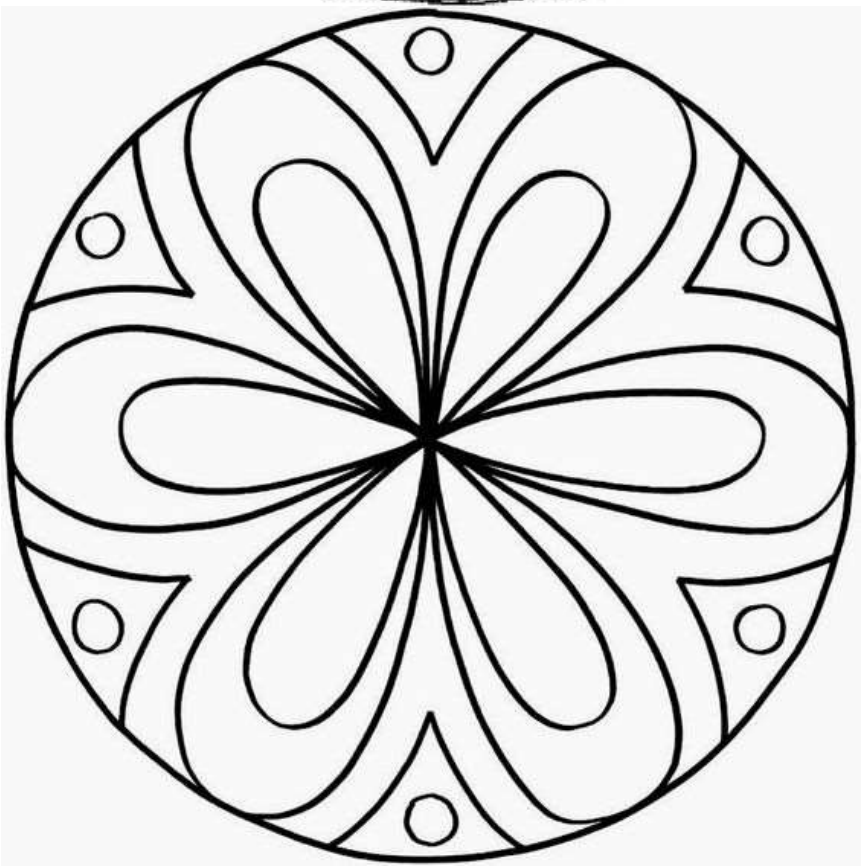
Reserve uma vasilha e coloque a farinha e o sal, adicione a água e o óleo em seguida. Misture tudo até formar uma massa homogênea. Caso a massa ficar mole adicione um pouco mais de farinha. Para finalizar a massa como último ingrediente coloque o corante, podendo usar corante alimentício natural como, por exemplo, o colorau. Faça quantas cores desejar, podendo usar suco em pó de todos os sabores e não precisa preocupar se seu filho experimentar a massinha e colocar na boca ou até mesmo engolir. Depois da brincadeira a massa pode ser guardada na geladeira.

-https://www.cleanipedia.com/br/familia/massa-de-modelar-aprenda-a-fazer-a-sua-massinha-em-casa.html

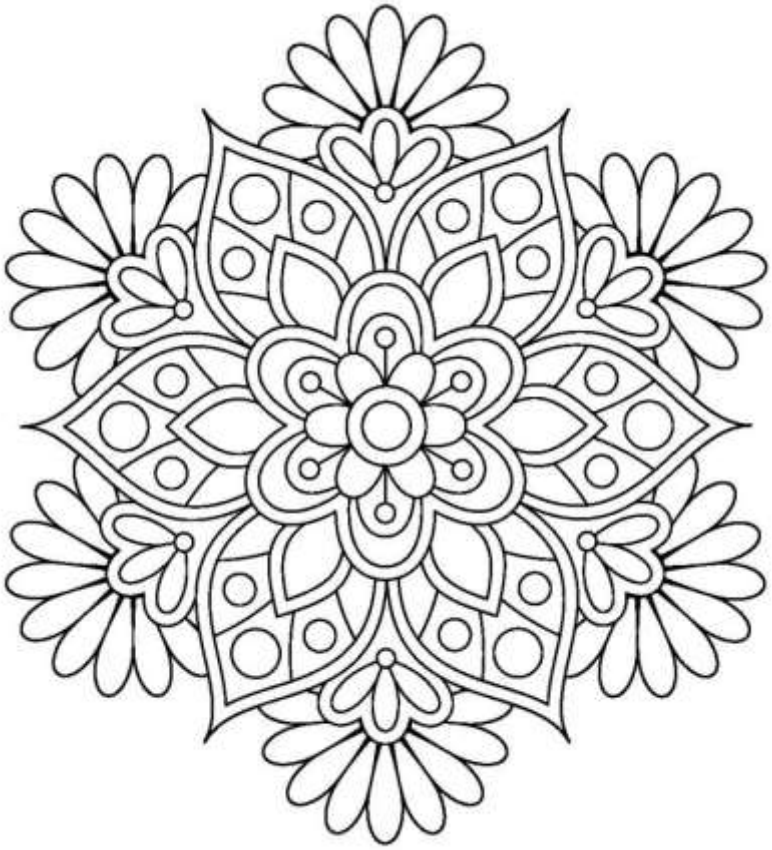
Mandalas para pintar:

ARTETERAPIA
Cores da Vida
Ano 16 - Volume 27 - Edição Especial - 2020





ARTETERAPIA
Cores da Vida
Ano 16 - Volume 27 - Edição Especial - 2020



-https://www.desenhoseriscos.com.br/2010/04/mandalas-para-imprimir-e-colorir.html

Referências

BARROS, C. S. G. **Pontos de psicologia do desenvolvimento.** São Paulo: Ática 1987.

BROUGÈRE, G. **Jogo e educação**. Porto Alegre: Artes Médicas, 1998.

FERRAZ, H.; FUSARI, M. F. R. **Arte na educação escolar**. São Paulo: Cortez, 1993.

KNELLER, G. F. **Arte e Ciência da criatividade**. 5. ed. Tradução - José Reis – São Paulo: Ibrasa,1978.

-https://www.cleanipedia.com/br/familia/massa-de-modelar-aprenda-a-fazer-a-sua-massinha-em-casa.html

-https://www.desenhoseriscos.com.br/2010/04/mandalas-para-imprimir-e-colorir.html

ARTETERAPIA
Cores da Vida
Ano 16 - Volume 27 - Edição Especial - 2020

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]. Goiânia: ABCA, v.1, n.1, p.23-27, jul.-dez. 2005. Disponível em: www.abcaArteterapia.com

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

ARTETERAPIA
Cores da Vida
Ano 16 - Volume 27 - Edição Especial - 2020

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.