

## REVISTA DE ARTETERAPIA DA AATESP



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

## **REVISTA de ARTETERAPIA da AATESP**

**Publicação:** Associação de Arteterapia do Estado de São Paulo

### **APRESENTAÇÃO**

A Revista Arteterapia da AATESP é uma publicação científica da Associação de Arteterapia do Estado de São Paulo, disponível no site da AATESP- [www.aatesp.com.br](http://www.aatesp.com.br) . Foi iniciada no ano de 2010 com o intuito de acolher as produções advindas dos associados e demais autores interessados na difusão e aprofundamento do conhecimento na área de Arteterapia, com periodicidade semestral.

### **LINHA EDITORIAL**

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

### **GRUPO EDITORIAL**

Contato: [revista@aatesp.com.br](mailto:revista@aatesp.com.br)

#### **Editora:**

Dra. Leila Nazareth

#### **Conselho Editorial:**

Dra. Leila Nazareth

Ms. Deolinda Maria da Costa Florim Fabietti – AATESP

Esp. Maria Angela Gaspari

Dr. Sandro Leite

#### **Conselho Consultivo**

Dra. Ana Cláudia Afonso Valladares – ABCA – FEN-UFG

Ms. Artemisa de Andrade e Santos – UFRN/ASPOART

Dra. Barbara Elisabeth Neubarth – Secretaria da Saúde do Estado do Rio Grande do Sul/AATERGS

Ms. Claudia Regina Teixeira Colagrande – AATESP

Dra. Cristina Dias Alessandrini – Alquimy Art

Ms. Dilaina Paula dos Santos – AATESP

Dra. Irene Gaeta Arcuri – UNIP

Dra. Lara Nassar Scalise – INSTED

Ms. Lídia Lacava – ISAL / Instituto Sedes Sapientiae

Esp. Marcia Bertelli Bottini - ASPOARTE

Ms. Marcieli Cristine do Amaral Santos - AATESP

Ms. Mailde Jerônimo Trípoli – CEFAS-Campinas

Dra. Maria de Betânia Paes Norgren – Instituto Sedes Sapientiae

Esp. Mônica Guttmann – Instituto Sedes Sapientiae

Dra. Paola Vieitas Vergueiro - UNIP

Dra. Patrícia Pinna Bernardo – UNIP

Dr. Sandro Leite – FMU

Dra. Selma Ciornai – Instituto Sedes Sapientiae

Dra. Sonia Maria Bufarah Tommasi – UNIPAZ

Ms. Tania Cristina Freire - AATESP

Dra. Tatiana Fecchio da Cunha Gonçalves – Escola Castanheiras



**Capa, Diagramação, Editoração e Revisão de Texto**

Ana Alice Nabas Francisquetti

Deolinda Maria da Costa Florim Fabietti

Leila Nazareth

Maria Angela Gaspari

Sandro Leite

**Ressalva**

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



Associação de Arteterapia do Estado de São Paulo – AATESP

**REVISTA de ARTETERAPIA da AATESP**

**Publicação:** Associação de Arteterapia do Estado de São Paulo

**ASSOCIAÇÃO DE ARTETERAPIA DO ESTADO DE SÃO PAULO**

**Diretoria – Gestão 2019-2020**

**Diretora Gerente**

Dilaina Paula dos Santos

**1ª Diretora Adjunta**

Regina M, H. Chiesa

**2ª Diretora Adjunta**

Patrícia Pinna Bernardo

**1ª. Secretária**

Marcia Cristina de Aguiar

**2ª. Secretária**

Soraya de Carvalho Lucato

**1º. Tesoureira**

Cristina de Barros Shiguera

**2ª Tesoureira**

Eliana Cecilia Ciasca

**Conselho Fiscal**

Lara Scalise

Claudia Brittes Tosi

Teresa Kan Teng

Valéria G. da Cruz Monteiro

Celso Luiz Falaschi

**Revista**

Leila Nazareth

Sandro Leite

Deolinda Maria da Costa Florim Fabietti

Maria Angela Gaspari

## Sumário

### Editorial

<b>Relatos de experiência: retratos da diversidade de possibilidades na Arteterapia</b> <b>Leila Nazareth</b>	<b>06</b>
<b>Artigo Relato de Experiência</b> <b>Fototerapia – um processo arteterapêutico pelo mundo das imagens</b> <b>Maria Cecília Branco de Souza Leite</b>	<b>10</b>
<b>Artigo Relato de Experiência</b> <b>A Arteterapia com idosos inseridos em universidades abertas à terceira idade</b> <b>Daniele de Oliveira Castelan</b>	<b>32</b>
<b>Artigo Relato de Experiência</b> <b>Arteterapia e Psicologia inovando no atendimento on-line em tempos da COVID-19</b> <b>Adriana Maria Mendes</b> <b>Cláudia de Cássia Maganha Vanni Masseran</b> <b>Cássia Regina de Toledo Rando</b>	<b>50</b>
<b>Artigo Relato de Experiência</b> <b>O <i>Temenos</i>: um olhar sobre o <i>setting</i> – espaço-tempo de encontro das vivências arteterapêuticas</b> <b>Maira Bruce Valença</b>	<b>75</b>
<b>Resumo</b> <b>Símbolos de poder como rituais do adolescer</b> <b>O espaço arteterapêutico promove escuta, diálogo e ressignificações.</b> <b>Dilaina Paula dos Santos</b>	<b>94</b>
<b>NORMAS DE PUBLICAÇÃO</b>	<b>96</b>

## Editorial

### **Relatos de experiência: retratos da diversidade de possibilidades na Arteterapia**

**Leila Nazareth<sup>1</sup>**

O ano de 2020 trouxe inúmeros desafios de caráter universal. Todos os países e continentes viram-se forçados a modificarem suas maneiras de existir, de se relacionar, de se expressar, por conta da pandemia de Covid-19, que ainda atravessa as nossas vidas. O isolamento social somou-se a temores do contágio pelo vírus, a frustrações de projetos não realizados, a conflitos intrafamiliares, à dor da perda de familiares e entes queridos, dentre tantos outros problemas que nos afetaram. A superação da solidão resultante do distanciamento social, elencado como um dos poucos recursos para se enfrentar o contágio pelo coronavírus, veio por meio dos recursos eletrônicos como meio de comunicação entre as pessoas. Aulas, consultas de saúde passaram a ser feitas de modo remoto. A Arteterapia teve papel protagonista nesse cenário, mostrando-se rica em recursos para colaborar com o manejo das crises trazidas pela pandemia e o modo de vida decorrente dela, reinventando-se para poder acolher as demandas que se constelam no período pandêmico, bem como prosseguir com atendimentos que já estavam ocorrendo, e que também foram ressignificados pelas novas questões do período. Este volume é composto por uma maioria de artigos escritos antes da pandemia, mas traz um

---

<sup>1</sup> AATESP 001/1203, Psicóloga (CRP 3204/06), mestre e doutora em Psicologia Social (PUC-SP) com especialização em psicoterapia de crianças, adolescentes e adultos - Jung (PUC-SP), Arteterapia (Inst. Sedes Sapientiae), Neuropsicologia (FCM Santa Casa). Trabalhou em equipes de Saúde Mental e na coordenação de Unidades Básicas de Saúde (Prefeitura do Município de São Paulo), em treinamento, desenvolvimento de pessoal e formação de gerentes (Projeto GERUS, Ministério de Saúde/OPAS). Atua na assessoria a entidades comunitárias na área de saúde pública e também em psicoterapia, reabilitação neuropsicológica e arteterapia com adolescentes e adultos. Professora e supervisora do curso de Especialização em Arteterapia do Inst. Sedes Sapientiae.

primeiro relato de experiência de atendimento remoto em Arteterapia. Passemos a uma visão geral sobre o conteúdo deste volume.

O primeiro artigo, **Fototerapia – um processo arteterapêutico pelo mundo das imagens**, produzido por Cecília Branco de Souza, fundamenta-se na Psicanálise e concebe as imagens como importante via de acesso ao inconsciente. A autora, que trabalhou com o álbum de família em seus atendimentos, propõe que as imagens fotográficas influenciam a comunicação interpessoal e levam à transformação social. Foi trazido à análise o processo de uma paciente adulta, participante de uma série de oficinas de fototerapia. A autora conclui que a fotografia mostrou-se um rico recurso mediador ou projetivo, quer entre paciente e terapeuta, quer entre imagem e palavra, quer entre consciente e inconsciente. A emergência de conteúdos inconscientes, o ressignificar de verdades podem ser caminhos para a transformação.

Na sequência, contamos com o texto de Daniele Oliveira Castelan, **Arteterapia com idosos inseridos em universidades abertas à terceira idade**. Como ponto de partida, foram utilizados relatos dos participantes, que apontavam para questões relacionadas à carência afetiva, rebaixamento de autoestima e sintomas depressivos. O trabalho se desenvolveu por meio da criação de histórias e personagens com foco no cuidado com os aspectos emocionais do envelhecimento saudável, o que culminou com o resgate da autoestima e da confiança para a busca de novas realizações.

O relato de experiência, **Arteterapia e Psicologia inovando no atendimento on-line em tempos da COVID-19**, de Adriana Maria Mendes, Cláudia de Cassia Maganha Vanni Masseran e Cassia Regina de Toledo Rando, tem como proposta trazer à luz a experiência de atendimento on-line, síncrono e eventualmente, não síncrono, em

virtude da emergência sanitária global por conta da pandemia causada pelo coronavírus. A experiência se deu com um grupo de mulheres frequentadoras de um CAPS I (Centro de Atenção Psicossocial I) localizado em um município do interior paulista, em sessões semanais conduzidas por arteterapeuta e psicóloga, entre os meses de abril e julho de 2020. O projeto de atendimento on-line conseguiu manter o vínculo afetivo entre os participantes do grupo, bem como entre o grupo e as terapeutas, contribuindo para a resiliência do grupo no enfrentamento aos desafios trazidos pela pandemia.

A seguir, encontramos a produção de Maira Bruce Valença, também um relato de experiência, intitulado **O Temenos: um olhar sobre o setting – espaço tempo de encontro das vivências arteterapêuticas**. O setting arteterapêutico é aqui colocado em pauta, sendo concebido como um espaço-tempo ritualístico que favorece a jornada da pessoa em relação a si mesma e ao grupo. As referências teóricas situam-se na Psicologia Analítica de Jung. A partir de suas vivências na formação como arteterapeuta, a autora analisa o tempo da experiência arteterapêutica como *Kairós* e o ambiente terapêutico como Héstia, que culminam com uma experiência de transformação, *Temenos*.

O volume encerra com o resumo Símbolos de poder como rituais do adolescer: o espaço arteterapêutico promovendo escuta, diálogo e ressignificações, de Dilaina Paula dos Santos. Este resumo refere-se a um trabalho apresentado no I Congresso Paulista de Arteterapia e IX Fórum da AATESP, realizado entre 14 e 15 de novembro de 2019. O objetivo foi registrar e compartilhar experiências em Arteterapia no atendimento a um grupo de adolescentes. No processo de desenvolvimento no ciclo de vida, esses adolescentes colocaram em questão o conflito entre assumir sua própria identidade ou aderir ao grupo de pares. O trabalho se deu por meio da



construção de instrumentos musicais e da exploração dos sons e possíveis melodias deles derivados. A Arteterapia constituiu uma alternativa potente para dar voz a conflitos que dificilmente conseguiam ser verbalizados.

Aos leitores, desejamos uma proveitosa leitura. Aguardamos a contribuição de novos artigos, que podem ser inspirados no diálogo com o conteúdo deste volume, ou que estão aguardando um incentivo para se tornarem realidade e enriquecer o nosso acervo de textos. As normas de publicação encontram-se no final do exemplar.

## **Artigo Relato de Experiência**

### **Fototerapia – um processo arteterapêutico pelo mundo das imagens**

### **Phototherapy – an art therapeutic process in the world of images**

**Maria Cecilia Branco de Souza Leite<sup>2</sup>**

#### **Resumo**

A Arteterapia, assim como as demais abordagens da saúde, acompanha as mudanças histórico-culturais e se utiliza de métodos contemporâneos para o aperfeiçoamento de seu trabalho. Freud entendeu as imagens dos sonhos como um importante mecanismo de acesso ao mundo do inconsciente e caminho da cura de sintomas psíquicos. Hoje, as imagens fotográficas povoam nossa cultura e foram incluídas e conceituadas como uma nova ferramenta para os trabalhos emocionais/afetivos por Judy Weiser (1999), segundo a técnica da Fototerapia. A fotografia é um meio de influência, comunicação e transformação social, cada vez mais relevante no espaço terapêutico, o qual incorpora as possibilidades epistemológicas que a fotografia pode trazer. A pesquisa de Fototerapia aqui apresentada, no modelo proposto em *Álbum de Família*, atesta que arquivos da memória podem ser a via expressiva de histórias pessoais e lembranças, de tantos *desarranjos* e de novos arranjos subjetivos, a partir dos quais as histórias individuais e familiares podem ser retomadas no presente, com novas roupagens. Nessa experiência observaram-se possibilidades e avanços subjetivos<sup>3</sup> de todo um sistema familiar dos que foram, dos que aqui estão e daqueles que virão em uma rede familiar determinada. Observa-se que, no mundo das imagens fixas, somente

---

<sup>2</sup> Licenciatura em Artes Plásticas e Pedagogia, cursando Terapia Ocupacional. Especialista em Psicanálise, Arteterapia, Psicopedagogia e Tratamento/Escolarização de psicóticos e autistas. Contato: cibranco@hotmail.com

<sup>3</sup>

quando a verdade do sujeito pode ser questionada e revisitada por ele mesmo, essas mesmas imagens podem adquirir um promissor caráter de impermanência e flexibilidade, transformando muitos dos sofrimentos psíquicos e padrões rigorosos, desconhecidos pela consciência, em novos movimentos. Esse caminho é capaz de transformar, positivamente, os destinos dos sujeitos que se inserem nessa “viagem”.

**Palavras-chaves:** Fototerapia. Arteterapia. Psicanálise. Fotografia. Art

### **Abstract**

Art Therapy, as well as other health approaches, follows the changes and uses new and contemporary methods to improve its work. Freud understood the images of dreams as an important mechanism of access to the unconscious world as a path of psychic symptoms healing. Today, photographic images inhabit our culture and have been included and conceptualized as a new way to emotional/affective work by Judy Weiser. The author calls this technique “phototherapy”. Photography is a mean of influence, communication and social transformation that gains its greater importance in the therapeutic space, as it accepts and uses the epistemological possibilities that photography can give. The Phototherapy research presented here, in the model proposed in Family Album attests that memory files can be the expressive way of so many stories and memories, of many *dis-arrangement* and of the new subjective arrangements, where individual and family histories can be resumed in the present, with new appearance. In this experience, it was observed possibilities and subjective advances of a whole family system of those who were, those who are here and those who will come in a determined family network. In the world of still images, only when the individual’s truth can be questioned and revisited by themselves, is that these same images can acquire a promising feature of impermanence and flexibility,

transforming many of the psychic sufferings and rigorous standards, unknown by consciousness, in new movements. This path is capable of positively transforming the destinies of the individuals that are part of this "journey".

**Palavras-chaves:** Phototherapy. Art Therapy. Psychoanalysis. Photography. Arts.

## Introdução

*Mas o que é uma lembrança da qual não mais recordamos?*

*Mas o que é uma fotografia que nunca foi revelada?*

Marcel Proust

As precursoras da Arteterapia, Margaret Naumburg e Edith Kramer, a partir da primeira metade do século XX, desenvolveram e conceituaram a abordagem de um modelo terapêutico por meio de atividades artísticas, fundando as primeiras experiências na área educacional e, seguidamente, na clínica. As técnicas de Arteterapia supunham, desde então, que todo indivíduo poderia projetar simbolicamente, nas diversas formas plásticas, seus conflitos e afetos.

As descobertas de Freud (1990c), a partir do uso da associação-livre (a via régia para o acesso ao inconsciente na abordagem psicanalítica) e da publicação de *A Interpretação dos Sonhos*, em 1900, influenciaram forte e efetivamente o nascimento de uma terapia aplicada à arte, graças ao grande interesse de Naumburg e Kramer sobre as teorias desenvolvidas por Freud em relação ao inconsciente. Posteriormente, os estudos de Jung também enriqueceram a construção teórica da arteterapia, assim como fizeram outras importantes abordagens ao longo das últimas décadas.

As mudanças sociais e culturais da humanidade impulsionam novos movimentos, teorizações e conceitualizações terapêuticas relacionadas à saúde

pois, se os sujeitos se modificam, seus sintomas e as formas de se trabalhar com eles não podem, obviamente, se manter estagnadas. Assim nasceu a Psicanálise em Viena pelas mãos de Freud, e também a Arteterapia, nos EUA, pelas mãos de Naumburg, logo seguida por Kramer.

No mundo atual, digitalizado e globalizado através da internet e das redes sociais, pressupõe-se a necessidade de novos modelos de trabalho na área da saúde, incluindo-se aqui a arteterapia e suas novas formas de expressão:

O mal-estar é motivo da mesma denegação que antes dizia respeito à sexualidade[...] Porque as necessidades psíquicas são sempre as mesmas, porém, com suas proibições e ordens, cada momento da história fornece algumas possibilidades de reação e fecha outras, provocando, assim, as distintas descompensações que constituem os sintomas de cada época.

A arteterapia [...] oferece ao indivíduo a oportunidade de reatar o diálogo com seu corpo e seu entorno. As diversas modalidades da arte contemporânea, destacando as formas sensíveis de nossa relação com o mundo, oferecem aos arteterapeutas as chaves para compreender os obstáculos com os quais cada sujeito se confronta na busca de reconhecimento. (PAIN & JARREAU, 2009:47)

Cada dia mais usamos a fotografia das mais diversas formas, como meio de comunicação social. Portanto, é natural pensarmos a imagem fotográfica também como uma ferramenta arteterapêutica que possibilite a promoção da saúde psíquica, assim como ocorre com as demais linguagens artísticas.

Uma das pioneiras no trabalho terapêutico com fotos e vídeos, Judy Weiser (1999) constrói essa nova abordagem terapêutica, baseando-se na maneira como a maioria das pessoas *fotografa e arquiva* fotos, sem pensarem muito nas razões pelas quais elas o fazem. Como afirma a autora, esses são *arquivos permanentes* de momentos no tempo e podem ser usados, facilmente, na exploração e comunicação de sentimentos e memórias, inconscientemente

recalcadas, que podem vir à luz quando revisitadas através das imagens das fotografias.

Durante as sessões de arteterapia com fotos, esses retratos podem servir como autoconstruções psíquicas, possibilitando *insights*. “A própria foto não é em nada animada (eu não acredito nas fotos "vivas") mas ela me anima: é o que toda aventura produz” (BARTHES, 1984: 37).

O objetivo desta pesquisa foi trazer, à luz da memória fotográfica, afetos e emoções, representando-os através das imagens, narrativas, histórias, escrita livre, desenhos, pinturas e recortes. Ou seja, pretendeu-se fazer uso de recursos arteterapêuticos para resgatar e ressignificar a história pessoal de cada integrante participante dessa proposta.

No desenvolvimento do trabalho, foi possível embasá-lo também sob a perspectiva teórica lacaniana, a partir do conceito de *tempo lógico*, anteriormente formalizado por Freud (*Nachträglich*), em que o tempo do sujeito do inconsciente se apresenta como sendo da ordem do particular e atemporal, longe da cronologia tal qual a conhecemos. Em relação ao tempo inconsciente, Freud (1990a) diz:

Os processos do sistema inconsciente são intemporais; isto é, não são ordenados temporalmente, não se alteram com a passagem do tempo; não têm absolutamente qualquer referência ao tempo. A referência ao tempo vincula-se, mais uma vez, ao trabalho do sistema consciente (p.214).

Ao se resgatarem, via fotos, alguns sons, músicas, histórias passadas etc, abrem-se possibilidades de tornar conscientes histórias primitivas do sujeito ou mesmo reencontrar parte do que recalçou ou transformou em sintomas/repetições. Esse material subjetivo, que retorna através das lembranças

e memórias, abre a oportunidade para uma nova elaboração. E, como no sofisma lacaniano, pela modulação que consistiria nos três momentos de evidência: "o instante de ver, tempo de compreender e momento de concluir" (LACAN, 1945: 197). As mesmas etapas podem ser equiparadas, no campo terapêutico, com fotografias.

Em resumo, o intuito do presente trabalho é demonstrar como foi possível trabalhar com fotografias, aliadas à fala, à escrita e a demais linguagens, como recursos e com finalidade arteterapêuticas.

### **Fundamentação**

A origem da fotografia terapêutica está relacionada com a descoberta da fotografia. Estudos e pesquisas demonstram que o Dr. Hugh Welch Diamond, em 1840, foi o pioneiro no uso da fotografia em ambiente terapêutico. Esse primeiro uso da fotografia na terapia é quase contemporâneo à descoberta da própria fotografia (câmera escura), que se traduz como um dispositivo capaz de reproduzir a realidade como uma ferramenta de demonstração empírica.

A realidade produzida pela fotografia foi útil ao Dr. Diamond nos processos de diagnóstico, porém há, infelizmente, um grande vazio documental a partir dessa intervenção pioneira. Nos anos em que a fotografia terapêutica começa a surgir simultaneamente em diferentes partes do mundo (especialmente nos EUA e Reino Unido), a arteterapia já estava em fase de desenvolvimento importante, suficiente para ser usada inicialmente em Hospitais-Dia, consultórios particulares e escolas, resultando enorme influência sobre o que mais tarde seria chamado de *Fototerapia* (Lera, D.V. 2016).

A Arteterapia abriu, no início do século XX, o campo da criatividade em meio a uma diversidade de escolas e aplicações psicológicas. Autores como Kramer e Naumburg fundaram as bases dessa disciplina, tornando-a ponto de referência para uma nova maneira de entender a cura, tendo a linguagem artística como sua base.

Após as descobertas freudianas sobre os mecanismos do inconsciente e o acesso de Naumburg à obra freudiana, essa autora direcionou seus trabalhos para a **verbalização** e a **transferência**, por meio da comunicação simbólica, enquanto Kramer sustentou promover a **sublimação** através do trabalho criativo, também a partir da construção teórica de Freud sobre esse tema.

Essa distinção é de extrema importância, pois Naumburg se concentrou na psicanálise tradicional, revelando os conflitos inconscientes de seus pacientes. Já Kramer questionou a noção de terapia fundada na verbalização (a “cura pela fala”) e a transferência, em favor da sublimação pela arte, tomando assim, outra direção.

Essas duas formas de aplicação da arte como terapia são relevantes para a compreensão do que se busca como possibilidades para tais processos. É justamente pelo viés dessas abordagens que podemos compreender as diferenças entre as propostas arteterapêuticas e de arte-expressão, ou as propostas educacionais, por exemplo.

Muitas novas abordagens teóricas surgiram a partir dessas autoras. Estilos e métodos de aplicabilidades terapêuticas foram ampliadas via Psicologia Analítica, Gestalt, Fenomenológica, dentre outras. E entre as novas formas de se pensar as imagens no uso arteterapêutico, a Fototerapia surge como uma nova estratégia, baseada nos trabalhos de Judy Weiser.



Conforme Weiser (1999), as fotografias são capturadas da nossa mente, em uma espécie de espelho que reflete imagens de nossos afetos e memórias. As fotografias não só documentam lugares onde estivemos, mas também apontam o caminho para o qual estamos indo, quer saibamos ou não. Devemos “falar” com as fotos e muitas vezes prestar atenção nos segredos que suas histórias podem nos revelar. Na prática fototerapêutica de Weiser, a fotografia é retratada “como um verbo, bem como um nome, como um agente ativo de mudança, mas também como um objeto no qual se pode refletir; como uma comunicação emocional muito direta, mas também como uma arte” (WEISER, 1999: XV).

De acordo com Bosi (1998), em relação ao conceito de memória, é possível observar a caracterização e o funcionamento da evocação de temporalidades e lembranças nos vestígios sobreviventes do passado:

O caráter livre, espontâneo, quase onírico da memória é excepcional. Na maior parte das vezes, lembrar não é reviver, mas refazer, reconstruir, repensar, com imagens e ideias de hoje, as experiências do passado. A memória não é sonho, é trabalho. Se assim é, deve-se duvidar da sobrevivência do passado, ‘tal como foi’, e que se daria no inconsciente de cada sujeito. A lembrança é uma imagem construída pelos materiais que estão, agora, à nossa disposição, no conjunto de representações que povoam nossa consciência atual. (BOSI, 1998: 17).

Uma fotografia, portanto, tem a propriedade especial de aparecer ao mesmo tempo como uma ilusão realista e como uma realidade ilusória; um momento/instante capturado e com efeitos a posteriori.

A fototerapia não é um método separado de outras linguagens, mas sim, um conjunto de técnicas interativas úteis para todos os praticantes, independentemente da sua formação teórica e técnica.

Segundo Weiser (1999), arteterapia e fototerapia estão relacionadas entre si, mesmo com diferenças nos resultados ou no processo, dado que são utilizadas em meios diferentes. Ambas trabalham na tentativa de dar uma

forma visual para os sentimentos e tornar visível o invisível, uma espécie de "tomar consciência, tomar ciência" (MARTIN SPENCER: 1988).

Retomando o desenvolvimento do método criado por Weiser (1999), as técnicas básicas usadas em fototerapia estão associadas com as possíveis relações entre o sujeito e a câmera ou o sujeito e a fotografia. Tais técnicas são: fotografias do próprio paciente; tiradas pelo paciente; do paciente (*selfies*); biográficas (grupos de amigos ou familiares), na qual o paciente pode estar incluído ou não.

Nessas técnicas, Weiser (1999) não inclui como mais um componente a “projeção”, pois, embora ela considere uma técnica, nesse caso específico se trata de uma relação entre a fotografia e o sujeito, no ambiente terapêutico. Projetar significados ou sentidos pessoais sobre as fotos é inerente ao próprio fato de se olhar para elas. As imagens ressignificadas podem facilitar a compreensão da história da vida de um sujeito, congelando o tempo e entrando em contato com afetos recalcados/reprimidos, até então distantes da racionalização (consciente).

Entre as cinco técnicas propostas por Weiser (1999), as fotografias na técnica de álbum de família constituem uma forma de autorretrato. A seleção das imagens, a sua organização, apresentação e, especialmente, a importância que possuem para o paciente podem fornecer muitos elementos e informações sobre suas experiências pessoais:

As técnicas envolvendo fotos de família são uma autoconstrução do paciente pela família particular, a partir das raízes, do meio e

sistemas interligados, de modelos relacionais, de mensagens enviadas e expectativas de nível racional... as técnicas que têm a ver com imagens autobiográficas e álbuns inteiros podem ser útil para examinar o autorretrato de uma perspectiva não oferecida por qualquer uma das técnicas acima mencionadas...” (WEISER,1999: 20).

Weiser (1999) menciona, no caso específico dessa técnica, que são “minas de ouro” de informações e possibilidades.

Ao trabalhar com as fotos familiares, os pacientes podem entender suas posições subjetivas através das verbalizações e visualizações na linha ascendente e descendente. Se os pacientes não têm um álbum real, ou lhe faltam fotos, estas podem ser substituídas através imagens existentes, imagens de colagens e equivalentes:

Não se deve dizer que o passado ilumina o presente ou que o presente ilumina o passado. Uma imagem, ao contrário, é onde o Antigo encontra o Agora em um raio para formar uma constelação... Porque, enquanto que a relação do presente com o passado é puramente temporal, contínua, a relação do Antigo com o Agora é presente e dialética: não é algo que se escoe, mas uma imagem descontínua. Somente as imagens dialéticas são imagens autênticas [...] e o lugar onde são encontradas é a linguagem (BENJAMIN, 2009: 504).

Todas as técnicas fototerapêuticas permitem que o paciente utilize a mesma premissa da psicanálise: ignorar a censura “falando tudo o que vier a cabeça” (associação-livre), possibilitando o surgimento da fala inconsciente metafórica e simbólica, ou como no trabalho dos sonhos – a condensação e deslocamento. Lacan (1979) teorizará mais tarde o inconsciente estruturado como linguagem, estabelecendo uma analogia entre o funcionamento dos processos inconscientes e o funcionamento de certos aspectos da linguagem:

Sua produção teórica [de Lacan] pode ser dividida em três períodos. No primeiro foi desenvolvido o registro do Imaginário, centrado na teoria do Estádio do Espelho. No segundo desenvolveu o registro

do Simbólico, quando formulou a tese do “inconsciente estruturado como linguagem” [...] Linguagem não é linguística. Isso quer dizer que a linguagem não está estruturada como oposição fonética ou morfomática. Linguagem é linguagem; existe até a linguagem das abelhas, existe a linguagem não-verbal. A linguagem se articula com a noção de Simbólico como decorrente do conceito de estrutura. Sob essa ótica, a linguagem é a condição do inconsciente. Esta tese é fundamental, e foi aí que Lacan se opôs a todos os outros que o seguiam até esse momento e defendiam o inconsciente como condição da linguagem (LEITE, 2010: 70).

O modelo de trabalho desenvolvido por Weiser (1999), pode se beneficiar da obra desenvolvida por Freud (1990c) em *A Interpretação dos Sonhos*, de 1900. Assim como uma fotografia, os sonhos são imagens que podem ser aliados importantes para a compreensão profunda da psique fornecendo, como em um trabalho arqueológico, a compreensão de sintomas e de suas possíveis saídas.

## **Metodologia**

O método utilizado foi a criação de uma oficina (2018) baseada no trabalho desenvolvido por Weiser (1999): *Álbum de Família*. A oficina ocorreu semanalmente, no período de 3 meses. Participaram 2 mulheres de 64 e 63 anos (C. e G.) e um homem (J.) de 38 anos. Será destacado no presente trabalho, especificamente, o processo arteterapêutico da mulher designada como G.

Como parte dos recursos arteterapêuticos, utilizou-se “pausas para o café”, com o intuito de estimular uma troca mais íntima e afetiva entre os participantes, além de aguçar as lembranças afetivas familiares por meio dos sentidos do olfato e paladar. Outro recurso usado foi um vídeo especialmente criado para sensibilizar os participantes e, ao mesmo tempo, transportá-los para o mundo das imagens fotográficas, através de uma linha do tempo. A narrativa do vídeo falava sobre o tempo, sobre os retratos familiares e nossas identidades.

Trabalharam-se desenhos (autorretratos), colagens, pintura, mandalas, escrita, etc.

A proposta de uma escrita terapêutica seguiu as mesmas regras da associação livre proposta por Freud (1990b), sem juízos de valor, possibilitando assim escrever “o que viesse à cabeça”. A palavra escolhida por G, que definia sua identidade, foi “busca”.

Ao criar um auto retrato, o desenho de G. foi um gráfico (figura 1), com linhas de altos e baixos retratando fases de sua vida, onde as cores também tinham representatividade: a cor azul representa as fases positivas (picos), de sentimentos bons, de alegria; os vermelhos representava as fases ruins de sua vida (decepção); e os amarelos estavam condicionados aos momentos que ela denominou como “pausas” (sic.). O gráfico também era um esquema em que ela se retratava, desde a infância até a maturidade (sendo dividido em 4 fases).



Figura 1 –  
Autorretrato de G

Fonte: arquivo pessoal.

Em seu relato, G afirma ter passado por duas fases de depressão em sua vida: após o nascimento da primeira filha e, muitos anos mais tarde, após a separação do marido. G. assim escreveu sobre seu autorretrato:

**1º fase** infância: Alegria (azul) ; Pausa (amarelo); Decepção (vermelho)

**2º fase** adolescência: Alegria (azul); Pausa

**3º fase** adulto casamento (azul); Decepção (vermelho)

**4º fase** *maturidade azul; Pausa amarelo*

O que se mostrou relevante nesse encontro foi o autorretrato que G. produziu em formato de gráfico. É difícil encontrar referências à simbologia da própria identidade em forma de gráficos, porém, segundo Van Kolck (1967, p.7), é possível:

[...] encontrar nos estudos psicanalíticos a base para consideração do desenho como as próprias pessoas. Uma vez que a produção gráfica pertence ao plano da fantasia, junto aos sonhos e às associações livres, a interpretação psicanalítica tem considerado o conteúdo dos desenhos de forma semelhante à do conteúdo manifesto dos sonhos.

Posteriormente, os participantes trouxeram fotos escolhidas livremente por eles, referentes ao tema família e foram então organizadas, individualmente, linhas do tempo das fotos e observadas as escolhas, épocas, pessoas, etc.

G. trouxe várias fotos (figura 2) e percebeu-se que, em sua maioria, eram fotos da “família reunida/unida”. Selecionou e dispôs das fotos em ordem cronológica, iniciando pela foto do pai ainda criança, já inserido num conjunto familiar.

Na história familiar de G, há um recorte importante sobre sua mãe. Ainda que se diga muito identificada com o pai no amor pela fotografia e máquinas de fotografar, há a triste história da mãe que lhe afeta desde a adolescência, quando o pai cria uma outra nova família separando-se da mãe.



Figura 2 – Fotos Trazidas por G

Fonte: arquivo pessoal.

G. assistiu a um profundo sofrimento e inconformismo da mãe que demonstrou não suportar a perda desse homem (pai de G.). Restou-lhe a dor, e ainda que tivesse cinco filhos em casa, anunciou ao marido o desejo de morrer. Pouco tempo depois, a mãe de G. teve problemas cardíacos e veio, de fato, a falecer.

A causa morte da mãe explicará, posteriormente, as primeiras expressões de G. nessa oficina fototerapêutica, através da imagem peculiar apresentada em seu autorretrato (o gráfico).

Nas fotos escolhidas por G., embora não intencionalmente, foi possível assistir à trajetória sofrida de vida de sua mãe até a morte – seu envelhecimento acelerado pelas doenças (vitiligo, depressão, etc.); para a mãe, “a família unida e completa” era seu único e maior bem.

Dando sequência aos trabalhos arteterapêuticos, foi proposta a construção de uma caixa de memórias pessoal – “guarda-memórias” ou “arquivo” a partir da técnica colagem livre, adquirindo a função de “arquivo pessoal” da história familiar de cada participante, com base em algumas conceitualizações de Derrida (1995, *apud* BIRMAN, 2009), em seu livro *Mal de Arquivo*:

Nada seria mais enganoso, até mesmo ilusório e ingênuo, do que acreditar que o arquivo seria constituído por uma massa documental fixa e congelada, tendo no registro do passado a sua única referência temporal, sem que os registros do presente e do futuro estejam efetivamente operantes no processo de arquivamento. Esse engano e essa ilusão querem fazer crer que o arquivo seja constituído por documentos patentes, isto é, tudo aquilo que de fato ocorreu de importante no passado estaria efetivamente arquivado sem rasuras e sem lacunas, ou seja, sem que estivesse em pauta qualquer esquecimento.

A partir da perspectiva do arquivo como registros associados a uma temporalidade que “guarda/mantém” o que deveria ser “esquecido”, podemos pensá-lo como algo que trata as fotografias familiares como se fossem um passado esquecido, potencialmente vivo e presente.

As falas que permearam a dinâmica intermitente da confecção das caixas (figura 3) foram, durante todos os encontros, muito ricas, emotivas e carregadas de afetos, além de permitirem o aparecimento de novas percepções sobre aquelas fotos, pessoas ou fatos. Trata-se de um arquivo esquecido que volta a ser operante.

G. trouxe uma referência de família sempre muito presente em sua vida referia – se à “família toda, completa” (sic.), ainda que todos os casais já fossem separados e com novas famílias adquiridas. Em relação ao pai, mostrou-se bastante identificada reforçando sempre o elo entre eles via fotografia.

Propôs-se então o trabalho geracional, utilizando-se de modelos de genogramas, onde cada participante elegeu 3 gerações para criar seu genograma individual, focando as características/adjetivos/defeitos de cada familiar retratado nas fotos. Para os familiares “ausentes” em fotos, foi aberta a possibilidade de serem retratados por imagens desenhadas ou palavras.

Embora muitas falas tenham sido expressas e apontadas durante a confecção do genograma (figura 4), havia uma demanda dos três participantes de



que pudessem falar individualmente sobre sua estrutura familiar no encontro seguinte. Havia muito ainda a ser dito.



Figura 3 – Construção do genograma

Fonte: arquivo pessoal

Sentimentos a partir de lembranças, ora confortáveis, ora não, foram surgindo. Também surgiram projeções e percepções de repetições sintomáticas.

Foi pontuado, em relação às falas de cada um, que claramente uma determinada figura familiar aparecia repetidamente, desde a primeira sessão. G. ainda acreditava que sua figura central fosse o pai e se surpreendeu ao reconhecer a mãe como figura mais presente.

Várias folhas secas foram apresentadas (aproveitando o outono) e serviram de estímulo para falarmos da passagem do tempo, dos movimentos da vida, da morte e de todos os ciclos que assistimos na natureza.

Por último, a atividade seria a confecção de uma mandala com folhas e sementes, numa alusão ao movimento da vida. No centro da mandala, a foto do familiar que havia sido mais recorrente nas escolhas das fotografias e na fala.

Para Chiesa (2012: 25), a mandala pressupõe um centro (a essência) e o círculo (manifestação dessa essência). Podemos dizer ainda que as mandalas, além de uma possível ligação entre o homem e o cosmo (originalmente vinda do sânscrito, o termo significa “círculo, universo” e/ou “completude”), podem também se apresentar como tentativas de reorganização psíquica, em estudos baseados nos desenhos de psicóticos. No budismo, por exemplo, o ritual de oferecer

mandalas é um processo extremamente complexo, repleto de ritos e significados, que traduz um ato de abnegação, gratidão e reconhecimento.

Durante a atividade da mandala, G. comenta sobre o casamento próximo da filha e o reencontro com o ex-marido. Reflete sobre as mágoas antigas advindas da separação, traição, etc. G não acredita que seja possível qualquer convivência entre ambos. O que se repete? O que não cessa de tentar se inscrever – parafraseando Lacan na teoria do retorno daquilo que, não sendo simbolizável, retorna insistentemente no real: o trauma e uma possível identificação com a mãe.



Figura 4 – Mandala com a foto do familiar

Fonte: arquivo pessoal.

O último encontro do grupo se deu após o casamento da filha de G.: escolheram a maneira que gostariam de devolvê-las (mandalas e parente) à natureza: fogo, terra, água ou ar. Na caixa de arquivos/memórias foram recolocadas as fotos de todo processo fototerapêutico, em diferentes envelopes, em novas e ressignificadas sequências, arquivando-as conforme as percepções e (des)valorizações atuais. Cada envelope recebeu títulos pessoais para o arquivamento.

Para G., que imaginava ter como referência o pai, foi possível se perceber com semelhanças à própria mãe, bem como reconhecer semelhanças

entre sua filha e ela própria. Daqui será retomado o autorretrato inicial de G, seu “gráfico”. Nas buscas de algum teórico que pudesse ampliar interpretações para esse perfil de desenho expressivo, surgiram diversos gráficos que pouco lembravam o desenho de G. Foi então que se revelou, através de novas pesquisas, um “outro gráfico”: as imagens de eletrocardiogramas.

Nada mais sensível e simbólico do que um autorretrato que imprimia a G. a marca da tristeza, da dor e da morte da mãe. Modificando a própria história que tendia a se repetir como a de sua mãe, nos revela algo que se mostra absolutamente transformador nessa repetição de padrões: um modelo oposto, que a levaria para outro lugar subjetivo. G. conta que pediu para reencontrar o ex-marido, o “perdoou” e o convidou a levar a nova família para o casamento da filha de ambos, modificando sua posição anterior relacionada a repetição da história da mãe.

Ela escolheu a vida, diferentemente da mãe. Em termos pulsionais, a luta entre Eros e Tânatos, ou seja, a pulsão de vida se sobrepõe à pulsão de morte. Ainda rumo a novas escolhas, ela conta que tomou outra decisão: investir na profissão que sempre desejou: a fotografia. Desejo do qual se sentia impedida de levar adiante, até o presente momento.

Ao final desse trabalho, as caixas-arquivo puderam ser a via expressiva de tantas histórias e memórias, de tantos (des)arranjos e dos novos arranjos subjetivos. A divisão dos envelopes, as novas nomeações, os critérios das divisões etc, foram o resultado – com seus efeitos – promovidos pelas sessões anteriores.

A experiência de G. é um exemplo claro das possibilidades de avanços subjetivos, no trabalho com as fotos do álbum de família, mudando, inclusive,

todo um sistema fantasmático familiar. “Seja o que ela dê a ver e qualquer que seja a maneira, uma foto é sempre invisível: não é ela que vemos” (BARTHES, 1984:16).

### **Considerações finais**

Quem somos senão efeito de nossa história? O trabalho envolvendo foto e memória, embora não tão recente, se abre como uma nova proposta arteterapêutica por apresentar uma outra possibilidade de compreensão e saídas para o sofrimento.

As imagens fotográficas podem ser tratadas como imagens oníricas e, portanto, seus efeitos nas sessões de arteterapia poderiam ser os mesmos da proposta nos settings psicanalíticos: imagens verbalizadas em que o desconhecido (inconsciente) emerge.

Freud (1990d) lamentou não ter explorado melhor a característica do inconsciente na *teoria do recalque originário* e, conseqüentemente, na clínica, dentro das premissas analíticas que nos mostram esse processo como um movimento arqueológico da memória:

Só podem ser reconhecidos como pertencentes ao passado, só podem perder sua importância e ser destituídos de sua catexia de energia, quando tornados conscientes pelo trabalho da análise, e é nisto que, em grande parte, se baseia o efeito terapêutico do tratamento analítico. (Freud, 1990d, p.95).

Judy Weiser (1999) desenvolveu, durante anos, métodos de trabalho a partir de suas pesquisas e experiências, conceituando a Fototerapia como uma abordagem real e profundamente clínica. Sua amplitude é verificável pois as fotos podem ser utilizadas de formas variadas: como instrumento mediador ou projetivo,

entre paciente e terapeuta, entre imagem e palavra, entre inconsciente e consciente.

Na experiência com fototerapia, memória e família foram não só os temas centrais, mas propiciaram uma mudança real, como no exemplo de G. Ao entrar em contato com seu passado por meio das fotos, ela pôde elaborar imagens/traumas inconscientes e escolher uma outra forma de saída para seu destino. Essa mudança de posição subjetiva foi colocada em ato a partir de seu encontro com o ex-marido, às vésperas do casamento da filha, mudando possivelmente os destinos femininos familiares.

A partir desse artigo, espera-se que o arteterapeuta possa vislumbrar a profundidade dos trabalhos realizados com fotografias:

(...) não olhe para as fotografias da mesma forma que fazia antes. Mas que você as use como um meio para olhar mais profundamente dentro de si mesmo e a capacidade de comunicar seus sentimentos. E você vai encontrar nelas a explicação da singularidade que vem de suas raízes. Mas eu tenho que avisá-lo: uma vez iniciada é uma viagem sem fim, pois a viagem em si torna-se o fim (WEISER, 1999, p. 348).

No mundo das imagens fixas, somente quando a verdade do sujeito pode ser questionada e revisitada por ele mesmo, é que essas mesmas imagens podem adquirir um promissor caráter de impermanência e flexibilidade, transformando muitos dos sofrimentos psíquicos e padrões rigorosos desconhecidos pela consciência, em novos movimentos. E esse caminho é capaz de transformar, positivamente, os destinos, para que uma certa dose de felicidade seja possível

**Data de recebimento: 22.02.2020**  
**Data de aceite 1º parecerista: 15.09.2020**  
**Data de aceite 2º parecerista: 23.11.2020**

## Referências

- BARTHES, R. **A Câmara Clara**. Rio de Janeiro: Nova Fronteira, 3º EDIÇÃO, 1984. BENJAMIN, M. W. – **Passagens** - 2009, Ed UFMG.
- BOSI, E. **Memória e sociedade: lembranças de velhos**. São Paulo: Companhia das Letras, 1998.
- CHIESA, R F. **Mandalas – Construindo caminhos: um processo arteterapêutico**, São Paulo: Wak, 2012
- DERRIDA, J. **MAL DE ARQUIVO. UMA IMPRESSÃO FREUDIANA**. Rio de Janeiro: Relume, 2001.
- DIAMOND, H. W. I. On the application of photography to the physiognomic and mental phenomena of insanity. **Proceedings of the Royal Society of London**, v. 8, p. 117- 117, 1857.
- FREUD, S. O Inconsciente. In: **Obras Completas**. 3ª ed., v. IV. Rio de Janeiro: Imago, 1990a.
- \_\_\_\_\_ A Interpretação dos Sonhos. In: **Obras Completas**. 3ª ed., v. V. Rio de Janeiro: Imago, 1990b.
- \_\_\_\_\_ A Interpretação dos Sonhos. In: **Obras Completas**. 3ª ed., v. XVII. Rio de Janeiro: Imago, 1990c.
- \_\_\_\_\_ Novas conferências introdutórias sobre psicanálise. In: **Obras Completas**. 3ª ed., v. XXII. Rio de Janeiro: Imago, 1990d.
- LACAN, J. **O Seminário, livro 11: Os quatro conceitos fundamentais da psicanálise**. Rio de Janeiro: Zahar, 1979.
- \_\_\_\_\_ **O tempo lógico e a asserção da certeza antecipada**. In: Lacan, J. **Escritos**. (1945) Rio de Janeiro: Zahar, 1998.
- LEITE, M. P. S. **Psicanálise lacaniana: Cinco seminários para analistas kleinianos**. São Paulo: Iluminuras, 2010.
- LERA, D. V. **El Camino de La Fotologia**. Barcelona: David Vinuales, 2016.
- MARTIN, R.; SPENCE, J. **Phototherapy: Psychic realism as a healing art?** 1988 (artigo na revista Ten.8, International Photography Magazine, nº 30)

VAN KOLCK, O. L. **Interpretação Psicológica de Desenhos**. São Paulo: EDUSP, 1967.

PAÍN, S; JARREAU, G. **Teoria e técnica da arteterapia**: a compreensão do sujeito. Porto Alegre: Artes Médicas, 2009.

WEISER, J. **Phototherapy Techniques**. Vancouver: Canadian Cataloguing,

Site **Kaviah**. Disponível em:

<https://kaviah.com/mandala-simbolo-de-cura-e-integracao>. Acesso em: 10 jan. 2019.

## **A arteterapia com idosos inseridos em universidades abertas à terceira idade**

### **Art therapy with elderly inserted in open third age universities**

**Daniele de Oliveira Castelan<sup>4</sup>**

#### **Resumo**

O presente artigo mostra o processo de desenvolvimento por meio da arteterapia aplicada em idosos que frequentam uma Universidade Aberta à Terceira Idade. Processo este que foi traçado a partir de relatos em que os participantes demonstraram carência afetiva, autoestima baixa e sintomas de depressão. Através da criação de personagens e valorização das histórias apresentadas pelos participantes do grupo, o projeto foi desenvolvendo-se com destaque na importância dos cuidados com os aspectos emocionais no envelhecimento saudável, resgatando a autoestima dos idosos e trazendo confiança para a busca de realizações.

**Palavras chaves:** Arteterapia. Idoso. Envelhecimento saudável;

#### **Abstract**

This article shows the development process through applied art therapy in the elderly who attend an Open Third Age University. This process was traced from reports in which participants demonstrated lack of affection, low self-esteem and symptoms of depression. Through the creation of characters and appreciation of the stories presented by the group participants, the project was developed with emphasis on the

---

<sup>4</sup> Graduada em Artes Visuais (PUC Campinas). Arteterapeuta (AATESP 601/0120). Coordenadora do curso de extensão Idade Ativa – Universidade Aberta à Terceira Idade (Unisal Campinas). Coordenadora do projeto Idade Ativa - Envelhecimento Saudável (Unisal Campinas). Com capacitação em Arteterapia para Idosos, Gerontologia Social e Psicologia Analítica. E-mail: [dani.castelani@gmail.com](mailto:dani.castelani@gmail.com)



importance of care for the emotional aspects in healthy aging, rescuing the self-esteem of the elderly and bringing confidence to the pursuit of achievements.

**Key Words:** Art Therapy. Elderly. Healthy aging.

## **Introdução**

Atualmente vivemos em um país onde o perfil demográfico está em constante transformação. A queda na taxa de natalidade e o aumento da expectativa de vida ao longo dos anos são alguns dos fatores que justificam essa transformação. Segundo o Instituto Brasileiro de Geografia e Estatística (IBGE, 2000), em 1940 a expectativa de vida era de 48,3 para as mulheres e 42,9 para os homens. Em 2017, a tábua de mortalidade projetada apontou um aumento de 31,3 anos de vida para as mulheres e 29,6 anos para os homens (IBGE, 2010)

Atualmente mulheres vivem em média 79,6 anos, e os homens 72,5 anos. Há 15 milhões de pessoas com 60 anos ou mais, 8,9% da população brasileira, sendo que 24 mil possuem mais de 100 anos. Enquanto em 1940 a população acima de 60 anos representava apenas 2,4%. Estima-se que até 2060, aproximadamente um quarto da população brasileira (25,5%) tenha mais de 65 anos (IBGE, 2010).

O mundo está envelhecendo, mas ter mais anos de vida não é o suficiente. É necessário atentar-se ao envelhecimento saudável e ativo.

A Organização Mundial da Saúde (OMS, 2005) defende que um envelhecimento ativo é:

O processo de otimização das oportunidades de saúde, participação e segurança, com o objetivo de melhorar a qualidade de vida à medida que as pessoas ficam mais velhas. (p.13).

Muitos idosos e/ou familiares se atentam ao bem-estar físico, mas se esquecem dos cuidados com o bem-estar social e emocional. Como exemplo, idosos que praticam exercícios ou fisioterapia em suas residências, mas vivem o abandono afetivo e não têm interação social além da interação médico-paciente. Visando a necessidade dos cuidados com o bem-estar físico e social, as Universidades Abertas à Terceira Idade, hoje tendência mundial, buscam romper o isolamento do idoso, oferecendo práticas corporais, atualização cultural e orientação sobre saúde física.

Analisando entrevistas (acervo pessoal) feitas com idosos que frequentam um curso de Universidade Aberta, os maiores motivos pelos quais procuram o curso são por sentirem-se sozinhos, abandonados, resistentes ao processo do luto e desinteressados, porém buscando a prevenção do desencadeamento de transtornos como a depressão.

A depressão é um transtorno frequente na velhice, afeta de 4,8 a 14,6% idosos que vivem na comunidade (IRIGARAY; SCHNEIDER, 2007).

Considerando o exposto, podemos buscar na Arteterapia por meio da expressão da criatividade, a inclusão do bem-estar emocional no modelo de currículo da educação continuada para idosos, delineando o modelo biopsicossocial (cuidado com as instâncias biológicas, mentais e sociais).

Em função do tempo Cronos (tempo controlado por minutos, horas, dias, meses e anos), vivemos em constantes mudanças desde nossa concepção. Essas mudanças nas quais passamos durante as fases da vida, nem sempre são fáceis. O envelhecimento é um processo de mudança lento e por mérito da ciência cada vez mais longo. Assim justifica-se a importância do envelhecimento saudável, e o papel da Arteterapia nesse rico processo de envelhecer.

A expressão da criatividade pode contribuir para o envelhecimento saudável. Pablo Picasso (1881-1973), um dos grandes pintores do século 20, expressou sua criatividade até o fim de sua vida pintando um quadro por dia, e viveu até os 92 anos, em uma época em que a expectativa de vida era consideravelmente mais baixa que a atual (TONETO, 2006).

Assim como a escritora Raquel de Queiroz, escreveu sua obra Memorial de Maria de Moura, aos 84 anos. A escritora dizia que trabalharia para seu sustento até a sua morte (2003), e que era o processo criativo que a deixava viva (TONETO, 2006).

Philippini (2015) observou em um o Processo Terapêutico com idosos:

O grupo atendido por estagiários de Arteterapia, onde se aplicavam estratégias criativas, plásticas e expressivas, habitualmente, após cerca de três meses de atendimento, já apresentavam indicadores de que um processo de revitalização se instalava, com os olhos voltando a brilhar...

... podiam produzir beleza, e usufruir do bem-estar advindo de sua própria produção criativa. Assim era visível que as estratégias expressivas e plásticas as reconectavam com núcleos mais saudáveis da sua psique. (p.48)

A Arteterapia (o ato de criar, recriar e experimentar), possibilita que o idoso se expresse de forma espontânea e criativa, trabalhando emoções e memórias, alcançando desta forma, a compreensão de seus sentimentos.

Através dos materiais e técnicas da Arteterapia como a pintura, o desenho, recorte-colagem, modelagem, tecelagem, escrita criativa, entre outros recursos aplicados pela abordagem Junguiana, o idoso pode acessar o inconsciente e a representação dos arquétipos (PHILIPPINI, 1995).

Esse processo criativo proporciona a redução da intensidade de sintomas depressivos, através da expressão de sentimentos reprimidos, contribuindo para o autoconhecimento e o resgate da autoestima do idoso.

## Início do processo criativo

O processo foi iniciado por meio da apresentação do grupo, onde cada integrante se apresentou através de imagens escolhidas. A grande surpresa foi o conteúdo interno que cada um trouxe já nesta primeira atividade.

Os relatos trouxeram questões relacionadas à tristeza, escuridão, e solidão:

“Sou uma pessoa muito observadora e quero ajudar todo mundo, mas às vezes sinto que só consigo observar. Às vezes me dá vontade de gritar” (figura 1).



Figura 1



Figura 2



Figura 3

“Escolhi esta imagem porque me sinto caminhando sozinha no escuro” (figura 2).

“Esta imagem me representa porque sinto que carrego o mundo nas costas” (figura 3).

A imagem ou símbolo na Arteterapia é de suma importância para o desenvolvimento criativo. Segundo Giglia & Giglia (2011, p.154) “os símbolos são parte integrante e integradora do processo CRIATIVO, essencial em toda terapia. É o símbolo que consegue abrir caminho para uma ampliação da percepção do mundo”.

Para Peirce, filósofo norte-americano que permeou os caminhos da semiótica, “um signo, ou *representamen*, é aquilo que sob certo aspecto ou modo, representa algo para alguém” (PEIRCE *apud* SANTAELLA, 2000, p. 12).

Diante das representações abordadas pelo grupo, foi dada sequência com um trabalho de ressignificação de imagens com a construção de outdoors através do recorte e da colagem. O ato de escolher novas imagens e sobrepor às anteriores com a colagem dá a elas um novo significado, proporcionando conforto e esclarecimento ao indivíduo.

Atividades com cola facilitam a expressão artística e o potencial criativo, auxiliando na busca de soluções e recursos interiores e exteriores gerando equilíbrio (CARRANO; REQUIÃO, 2013).

Os trabalhos trouxeram a compreensão dos sentimentos apresentados gerando um momento de reflexão e elaboração:

“Me sinto caminhando no escuro porque me tiraram o que eu tinha, minha casa” (figura 4).

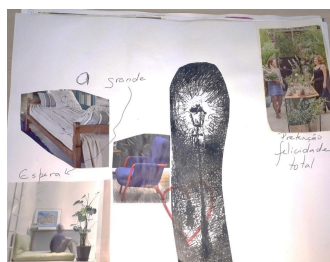


Figura 4



Figura 5

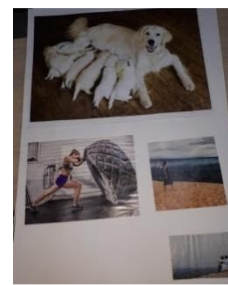


Figura 6

“Minha feliz liberdade. Em busca da minha identidade” (figura 5).

“Estas imagens representam doação, peso e luta, e no final solidão” (figura 6).

## **O fio condutor**

Através da sensibilização com exercícios de respiração e meditação guiada, o grupo foi convidado a experimentar um grito silencioso contraindo e relaxando a face ao mesmo tempo em que se recordam de momentos de suas vidas.

Neste momento o grupo iniciou um espontâneo compartilhamento verbal. As participantes com mais de 90 anos compartilharam lembranças da Revolução de 32 e suas aflições quando esperavam o retorno dos irmãos. Pediram que fosse colocada a marcha da Revolução e em seguida surgiram vários pedidos de músicas das épocas citadas:

Paris Belfort , A marcha Paulista da Revolução de 1932, Joel e Gaúcha, Aurora, e Dircinha Baptista, Feliz Aniversário foram as músicas solicitadas.

As participantes de 80 anos ou mais relembrou os concursos de Miss e os sonhos perdidos em ser como Marta Rocha. Foi sugerido que desfilassem para como Marta Rocha fazia, então amarraram um lenço simbolizando uma faixa e desfilaram.

As participantes com mais de 70 anos lembraram-se de vários “causos” da época e contaram ao grupo. As pessoas acima de 65 anos pediram para fazer uma encenação de memórias de paqueras em volta da praça.

Observando-se o entusiasmo de todos em compartilhar experiências e histórias, foi estabelecido o fio condutor para os trabalhos posteriores. Histórias e personagens.

## **Personagens e histórias**

O início da criação dos personagens deu-se com uma meditação guiada conduzindo o grupo à imaginação de uma grande bolha de ar, refletindo sobre a existência, o momento em que vivia, os novos e futuros potenciais, até que a bolha estourasse e deixasse sair um Novo Ser. Um ser que cresce e progride. Que realizaria um voo existencial. O Ser foi representado através da pintura com guache.

A forma com que as tintas fluem, e a expansão sobre o papel, auxiliam na liberação de sentimentos e na travessia de barreiras internas. Conforme a tinta se espalha no papel, o mesmo acontece com interno (Carrano; Requião 2013).

Com a transposição de linguagem foram escritas observações sobre o Novo Ser e dados títulos:

“Música dos pontos. Música da alma. Sentir-se e conectar-se com seu eu interior. “Bons pensamentos atraem bons sentimentos. Muitas vezes num redemoinho de emoções boas, e também obscuras. Sempre buscando os bons pensamentos, mesmo nos momentos de turbulência”. Título Renascimento (figura 7).

“A bolha estava cheia de água e senti que o Ser estava se afogando, até que conseguiu abrir um buraco na lateral e sair espirrado para fora”. Título O Parto (figura 8).

“Um vulcão de sentimentos explodiu. A explosão trouxe o desabrochar de uma linda flor”. Título Vulcão (imagem 9).

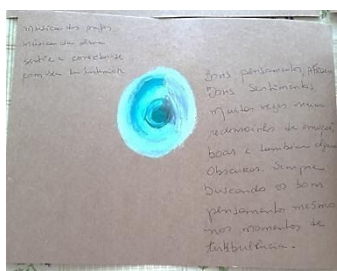


Figura 7



Figura 8



Figura 9

Após uma conversa sobre personagens e suas formas de criação, o grupo começou a criação do Novo Ser, pensando nas características físicas, na personalidade e detalhes do personagem.

O personagem foi passado para o papel através de um desenho com lápis para trabalhar organização, atenção e concentração, porém com cor com o intuito de continuar alcançando sentimentos e emoções (Carrano; Requião, 2013).



Figura 10



Figura 11

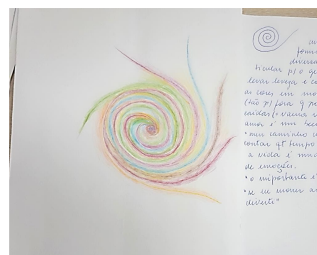


Figura 12

“Y” criou um espiral: “Curioso coletar e distribuir informações, áreas diversas, batalhas diversas, memória. Partir do particular p/ o qual (sem generalizar?). Justiça. Levar leveza e colorido. Movimento (todas as cores em movimento). Espiral p/ fora (tão para fora que pode entrar em órbita?). Recaídas (vamos viver sem medo as recaídas, o amor é um beco c/ saídas).



Meu caminho começa onde o tempo começa a contar quanto tempo faz. O importante é que nossa emoção sobreviva. Se eu morrer amanhã, não levo dúvida, eu me diverti” (Figura 12).

“N” criou uma fênix: “Pássaro Cantante! Determinado, astuto, atenção. Cuida dos seus pares. Lidera. Voa, viaja, emigra, alimenta. Com um penacho na cabeça, ele é o maioral. Voar, voar, livre leve e solto” (Figura 13).

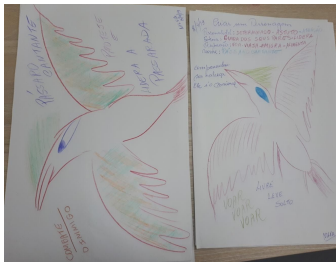


Figura 13

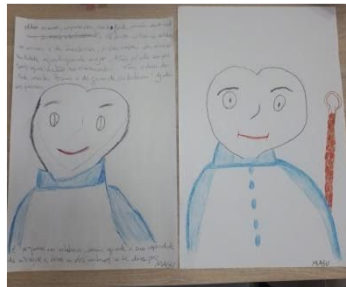


Figura 14

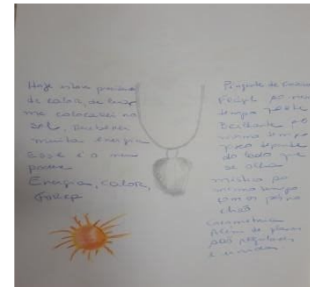


Figura 15

“L” criou seu mago Magú: “Olhos escuros, expressivos, rosto forte porém delicado. Vê tudo com os bons olhos do amor e da inocência, mas usa a capa da invisibilidade. Tem o dom de ler mentes e ajudar as pessoas. É pequeno em sua estatura, mas grande é sua capacidade de abraçar e tirar a dor interior dos outros” (figura 14).

“M” criou seu Pingente de Cristal: “Frágil e ao mesmo tempo forte, brilhante e ao mesmo tempo fosco, depende do lado que se olha. Místico e ao mesmo tempo pés no chão. Hoje estou precisando de calor e de luz. Me colocarei no sol, e perceberei muita energia” (figura 15).

### Materialização dos personagens

Philippini (2018) apontou a importância da materialização do personagem:

No trabalho arteterapêutico e no contexto da compreensão da função inferior, relativa à tipologia junguiana, o personagem criado permite que se dê vez e voz, através de sua materialidade, a funcionamentos obscuros, desconhecidos, mas que guardam em essência, uma grande potência de transformação, de ampliação de repertório psíquico, e por consequência de autoconhecimentos (p.72).

O material escolhido para a construção em terceira dimensão do personagem foi o feltro unido com a linha, à agulha e a tesoura, com o intuito de resgatar memórias afetivas.

Anteriormente ao início da confecção foi feita a leitura do texto “A Moça Tecelã” de Marina Colassanti, que conta história de uma tecelã que passava o seu tempo materializando os objetos de seus desejos com o tear, mas que no final encontrou uma forma de desmanchar os erros tecidos.

O ato de contar e reconhecer as possibilidades simbólicas de uma história, pode contribuir para que quem escute perceba de maneira mais clara a narrativa e os principais aspectos da trama (Philippini, 2012).

A história contada aponta a possibilidade de rasgar-se e remendar-se, de criar e recriar, e assim os personagens foram se materializando:



Figura 16



Figura 17



Figura 18

A confecção dos personagens em feltro foi um processo longo e trabalhoso. À medida que os bonecos iam surgindo, apareciam também questões internas. Sonhos deixados para trás, necessidade de “voltar a fazer parte do mundo”, desejo de sentir alegria novamente, todas transferidas para os personagens.

Os bonecos foram preenchidos com recortes de palavras positivas que faziam parte da vida e da personalidade dos mesmos. Sendo concluído e fechado com um coração também de feltro.



figura 19



Figura 20



Figura 21



Figura 22



Figura 23



Figura 24

Finalizando a confecção, foi iniciada uma visualização criativa onde cada integrante do grupo se encontrava com seu personagem em um lugar onde se sentissem bem. Esta atividade foi realizada com o intuito de promover a conexão.

A interação com o personagem permite que o indivíduo transcenda o conteúdo do inconsciente e se integre na consciência (Philippini, 2018, p.34).

Após a visualização os integrantes relataram através da escrita a experiência vivida:

“Me deparei com o pássaro, minha fênix, meu pássaro cantante me aguardando com a energia e o poder que é peculiar. Voa de um lado para outro, e eu me dirigindo ao lugar onde ele me esperava. Minha felicidade foi transbordando e ao abraçá-lo ele pousou em meu ombro... senti que meu amigo é meu poder, valioso... Pássaro cantante, você é minha fortaleza!”

“Hoje sou uma bolha de sabão, bem grande e linda e colorida, que eu levei até a sala de aula da minha filha “C”... Entrei toda feliz e colorida em formato de bolha. Senti um cheirinho de café da sala, as alunas todas ficaram felizes com a bolha linda balançando e voando, até que fico de frente com a “C” e a bolha estoura. As palavras que estavam dentro caem no chão e eu fiquei parada olhando pra ela. Me senti triste e excluída, virei as costas e sai cabisbaixa.”

“Meu Bom Bril era gigante, muito grande. Nos abraçamos, rolamos na grama e nadamos. Não conversamos verbalmente, apenas com olhar. Ele me olhou sério e eu já sabia sobre o que estávamos conversando com olhos. Eu queria que ele voltasse comigo, mas compreendi que ele estaria onde precisava estar. Meu amigo, sempre poderei contar com você!”

“Ângelo parecia um anjo, e eu o observava. Vai ficar tudo bem, dizia ele com o olhar firme. E cada espaço cinza que ele se aproximava, sua lata de spray colorida, dando vida e amor. “

“Meu personagem tinha 7 anos. Nós brincamos e inventamos coisas. Tínhamos muito em comum, a solidão e a vontade de fazer companhia um ao outro. Ele tirou sua gravata, enrolou a nossa volta e deu nó, para ficarmos grudados...”

Com a transposição da linguagem escrita para a corporal, o processo foi finalizado com a expressão livre do personagem através do corpo. Caminhando, dançando e reproduzindo os gestos do personagem livremente.

“O corpo pode ser um canal para expressar as necessidades da psique. Os sintomas corporais muitas vezes nos remetem às memórias pessoais, por vezes, também, às coletivas, aos arquétipos e aos instintos que desconhecemos.” (ARCURI, 2004, p. 27)

## **Resultados**

Observando o desenvolvimento do processo arteterapêutico, foram constatadas mudanças significativas no grupo e em cada indivíduo. No início do processo os integrantes apresentaram sentimentos de desânimo, solidão, inutilidade, tristeza e autoestima baixa. Esses sentimentos eram relatados verbalmente e confirmados através da expressão pela imagem. Diversas falas como “o meu está feio”, “eu não sirvo pra isto”, “tenho vergonha de mostrar” surgiram no início do processo, apontando a necessidade de se sentirem úteis, de realizarem algo que fosse valorizado.

No decorrer do processo, foram surgindo expressões que refletiam esperança. Nota-se através de escritas como “em busca da minha felicidade”, “é possível aprender a ser feliz”, “sentir a magia dos sonhos”, “buscando os bons pensamentos,

mesmo nos momentos de turbulência”, que cada indivíduo passou a procurar uma forma de mudar os sentimentos negativos que habitam seu interior.

Logo no início da criação dos personagens e valorização da história de cada um, os integrantes passaram a expressar coragem, alegria e satisfação com a produção, mesmo que ainda incompleta. Não tardou a surgirem elogios aos personagens em desenvolvimento, e grande admiração aos bonecos finalizados.

Philippini (2018, p.58), afirma que “em contextos arteterapêuticos, pequenos personagens são poderosos aliados para trazer à tona significativas mensagens, de forma lúdica, despretensiosa e amena”.

A relação indivíduo-personagem foi consolidada pela interação por meio da visualização criativa, onde cada integrante pôde se comunicar com seu interior.

Na finalização do processo, mediante a expressão do personagem pelo corpo, foram observadas fisionomias alegres, sorrisos e espontaneidade dos integrantes.

Firma-se como parte essencial do resultado, o depoimento de uma das integrantes do grupo:

A Arteterapia foi, para mim, fator de constante crescimento. Minhas questões emocionais e sentimentos reprimidos vieram à tona, através das atividades que favoreceram minha auto expressão. Com um rápido olhar, pontuo que o primeiro trabalho evidenciou meu desejo de libertação na expectativa da vida futura, na concretização dos sonhos. Veio então a construção carinhosa e caprichada do meu personagem do bem: Ângelo que, com sua arte, "apagou" lembranças amargas "pichadas" em minha mente; finalmente, o levantamento estatístico dos fatos de minha vida transportou-me ao passado, fixando-me no presente de modo consciente e seguro. Tudo isso foi palco de emoções diversas...No cume, todavia, estão as cirandas, as rodas de expressão corporal coroando essas atividades, estreitando

laços de profundo convívio com o grupo irmanado, climatizando um bem-estar social, acolhedor.”

### **Considerações finais**

Considerando os quatro anos de atuação em Universidades Abertas à Terceira Idade, observo que os alunos buscam o programa não só como integração social e preservação das funções físicas e cognitivas, mas também como refúgio de sentimentos negativos e prevenção da depressão. Ao buscarem as atividades almejam o envelhecimento ativo e a autonomia, mas também a alegria de sentirem-se úteis e capazes e a certeza de pertencerem ao um grupo.

A arteterapia proporciona ao idoso a possibilidade de expressar seus medos, anseios e aflições.

O processo arteterapêutico com o público alvo gerou confiança para o grupo como um todo. Confiança esta que contribuiu para autoestima individual no desabrochar de cada atividade.

As atividades forneceram suporte para a expressão de sentimentos, e estimularam os idosos a traçarem novos caminhos para a busca do envelhecimento saudável por meio de um modelo biopsicossocial, no qual atenta-se a preservar aspectos biológicos, sociais e psicológicos.

**Data de recebimento: 08.06.2020**  
**Data de aceite 1º parecerista: 16.10.2020**  
**Data de aceite 2º parecerista: 26.11.2020**

### **Referências**

ARCURI, I. G. **Memória Corporal: O simbolismo do corpo na trajetória da vida.**

São Paulo: Vetor, 2004.

CARRANO, E.; REQUIÃO, M.H. **Materiais de arte: sua linguagem subjetiva para o trabalho terapêutico e pedagógico.** Rio de Janeiro: Wak, 2013. p. 52.

GIGLIA, Z. G.; GIGLIA, J. S. **Criatividade na Arteterapia. In: I Congresso Internacional de Criatividade e Inovação.** Manaus: Universidade Federal do Amazonas, 2011. p. 154.

IBGE, **Censo Demográfico 2010.** Disponível em:

<https://biblioteca.ibge.gov.br/index.php/biblioteca>

catalogo?view=detalhes&id=298594 Acessado em: 28/01/2019

URRUTIGARAY T. Q. SCHNEIDER R. H. **Prevalência de depressão em idosas participantes da Universidade para a Terceira Idade.** RS: Revista de Psiquiatria, 2007. Disponível em: <http://www.scielo.br/pdf/rprs/v29n1/v29n1a08.pdf> Acessado em: 20/10/2019

OMS, **Envelhecimento Ativo: uma política de saúde. Brasília: 2005.** Disponível em: [https://bvsms.saude.gov.br/bvs/publicacoes/envelhecimento\\_ativo.pdf](https://bvsms.saude.gov.br/bvs/publicacoes/envelhecimento_ativo.pdf) Acessado em: 25/01/2019

PHILIPPINI, A. **Caminhos da Arte: construindo um envelhecimento ativo.** Rio de Janeiro: Wak, 2015.

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

PHILIPPINI, A. **Mas o que é mesmo Arteterapia?** Revista Imagens da Transformação – Pomar, 1998 Disponível em: [www.arteterapia.org.br/pdfs/masoque.pdf](http://www.arteterapia.org.br/pdfs/masoque.pdf) Acessado em: 25/01/2019

PHILIPPINI, A. **Reencantamentos para libertar histórias.** Rio de Janeiro: Wak, 2012.

PHILIPPINI, A. **Universo junguiano e arteterapia.** Revista Imagens da Transformação – Pomar, 1995 Disponível em: <https://www.arteterapia.org.br/pdfs/univers.pdf> Acessado em: 20/10/2019





TONETO, B. **Idoso com muito prazer**. São Paulo: Editora Salesiana, 2006.

## Artigo Relato de Experiência

### Arteterapia e Psicologia inovando no atendimento *on-line* em tempos da COVID-19

#### Art Therapy and Psychology innovating on-line service in COVID-19 tim

Adriana Maria Mendes<sup>5</sup>

Cláudia de Cássia Maganha Vanni Masseran<sup>6</sup>

Cássia Regina de Toledo Rando<sup>7</sup>

## Resumo

O presente artigo objetiva a divulgação do Projeto “Arteiras e Arteiros On-line”, idealizado e desenvolvido pelo Centro de Atenção Psicossocial I (CAPS I) de um município do interior do Estado de São Paulo, com o propósito de contribuir com as práticas da Arteterapia e da Psicologia em atendimento on-line, síncronico e eventualmente não síncronico, em vista da emergência sanitária global decretada pela Organização Mundial da Saúde (OMS), por conta do novo coronavírus (COVID-19). Neste texto são apresentados relatos de experiências de algumas oficinas realizadas em tempos de pandemia e com todos os participantes em distanciamento social. Nas oficinas arteterapêuticas desenvolvidas no Projeto “Arteiras e Arteiros *On-line*”, os participantes foram orientados e motivados a serem protagonistas de suas próprias histórias.

**Palavras-chave:** Arteterapia. Psicologia. COVID-19. Atendimento *On-line*

---

<sup>5</sup> Psicóloga, Terapeuta Cognitivo Comportamental. Trabalha no CAPS desde 2002 na função de Ps É Psicóloga Clínica. Formação em Psicoterapia Breve. Contato:tel. (14) 997357529. e-mail [adrianamendes2008@gmail.com](mailto:adrianamendes2008@gmail.com).

<sup>6</sup> Psicopedagoga e Arteterapeuta com AATESP 644/0520. Está cursando Especialização em Saúde Mental. Contato: tel (14) 997661491. e-mail [claudiamasseran@hotmail.com](mailto:claudiamasseran@hotmail.com).

<sup>7</sup> Pedagoga, Arteterapeuta, Arte-educadora e Artista Plástica.Coordenadora, e Formadora de Arteterapeutas no Curso de Especialização em Arteterapia, no Instituto Bauruense de Psicodrama-IBAP. Contato: tel (14) 996605122. Link para Currículo Lattes: [lattes.cnpq.br/5511950722111040](http://lattes.cnpq.br/5511950722111040). e-mail: [cassiarando@gmail.com](mailto:cassiarando@gmail.com).

## Abstract

This article aims to disseminate the “Arteiras e Arteiros On-line” Project, idealized and developed by the Psychosocial Care Center I (CAPS I) of a county in the interior of the State of São Paulo, with the purpose of contributing to the practices of the Art Therapy and Psychology in on-line, synchronous and eventually non-synchronous care, in view of the global health emergency, decreed by the World Health Organization (WHO), on account of the new coronavirus (COVID-19). In this text are presented reports of the experience of some workshops held in times of this pandemic and with all the participants in social distance. In the art therapy workshops developed in the “Arteiras e Arteiros On-line” Project, the participants were guided and motivated to be protagonists of their own stories.

**Keywords:** Art Therapy. Psychology. COVID-19. On-line Service.

## Introdução

O presente projeto teve início com um grupo de mulheres denominado “Arteiras”, no Centro de Atenção Psicossocial I (CAPS I) de um município do interior do Estado de São Paulo que devido à interrupção dos atendimentos presenciais, a partir do começo do enfrentamento da pandemia (COVID-19), passaram a ser atendidas on-line, com inclusão de homens no grupo, recebendo a denominação Projeto “Arteiras e Arteiros *On-line*”. Houve a preocupação com o acolhimento dos pacientes que estavam em processo terapêutico, com doenças traumáticas e dificuldades em lidar com sentimentos, sendo que alguns já se encontravam estabilizados e outros com possibilidade de recaídas, inclusive suscetíveis a crises e até mesmo surtos.

O CAPS I acolhe hoje aproximadamente 1.300 usuários da rede de saúde municipal, realizando atendimento especializado pela Equipe Multiprofissional a pacientes de ambos os sexos, que apresentam intenso sofrimento psíquico, tais como transtornos mentais graves e/ou persistentes.

A Organização Mundial da Saúde (OMS, 2020), conforme divulgado pela mídia mundial, assumiu em 11 de março de 2020, a doença COVID-19 como pandemia. Nesse contexto, tornou-se urgente rever o atendimento presencial oferecido pelo CAPS I. Portanto, o projeto que está em andamento, apresentado neste artigo se justifica e surge pela parceria entre os campos de atuação da Psicologia e da Arteterapia que já coordenaram as atividades desenvolvidas dentro do Centro de Atenção Psicossocial, com o objetivo de manter o atendimento durante o período de distanciamento social, agora na modalidade on-line, sincrônico e se preciso não sincrônico, com a inserção de práticas de ambas as áreas.

### **Arteterapia e a Psicologia**

No âmbito dos atendimentos presenciais que antecederam o atendimento on-line, os participantes atuantes nas práticas terapêuticas já manifestavam os seus sentimentos e relataram a importância da equipe técnica e do serviço do CAPS I em suas vidas, verbalizando que o CAPS I era seu único meio de convivência com outras pessoas, pelas quais se sentiam aceitos, compreendidos e amados.

Focados na continuidade de tal vínculo e das práticas terapêuticas, elaboramos o Projeto “Arteiras e Arteiros *On-line*”, com a intenção de desenvolver oficinas arteterapêuticas, nas quais os participantes fossem orientados e estimulados a serem protagonistas de suas próprias histórias. Afirma Moraes (2018) que:

Através da criação, ele se percebe em suas repetições, resistências, sintomas, e tenha a oportunidade de enfrentá-las. Que em meio a essa

experiência tome decisões sobre o enfrentamento (ou não) e que assim se responsabilize por si como autor e protagonista da sua obra/história, alcançando uma realidade nova em dimensões novas (pp.76-77).

Nossa intenção foi a de fortalecer a ideia de que a Arteterapia, como ferramenta de expressão artística, principalmente das artes visuais, como meio de expressão e de comunicação pessoal das emoções de maneira livre e considerando ainda os benefícios que o trabalho arteterapêutico proporciona aos participantes, contribui positivamente com este novo modelo de atendimento proposto (*on-line*) durante o período de pandemia.

Trabalhando a criatividade, dando forma, cor, expressão aos sentimentos inominados, conexões são feitas e novos significados podem ser atribuídos a velhas situações vividas que não puderam ter livre canal de expressão nos momentos em que ocorreram (ARCURI, 2006, p. 21).

No contexto arteterapêutico o acesso ao inconsciente facilita a elaboração dos conteúdos internos e favorece o autoconhecimento, a melhora do estresse e de vivências traumáticas, além de proporcionar bem-estar físico e mental por meio da espontaneidade e criatividade. O cuidado e a atenção diferenciada oferecidas aos participantes em questão oportunizam a continuidade das práticas facilitadoras, para que se sintam mais seguros e apoiados em suas rotinas diárias, por meio de oficinas elaboradas especialmente para este momento em que o distanciamento se faz necessário.

Deste modo, a Arteterapia nos ajuda a enfrentar diversas situações de forma mais criativa, auxiliando na ampliação da consciência sobre os nossos potenciais e as nossas possibilidades de atuação no mundo em que vivemos. Como terapeutas temos a oportunidade de possibilitar o empoderamento dos participantes e guiá-los no enfrentamento das dificuldades de adaptação ao “novo normal”, trazendo mais cor

e luz aos dias que poderiam ser, simplesmente, solitários. Também é importante destacar que a intervenção da Psicologia por meio da Terapia Cognitiva Comportamental – que é uma abordagem diretiva, ativa, apresentando um prazo limitado com sessões estruturadas para o tratamento dos transtornos mentais – se fundamenta na razão teórica de que o comportamento e as emoções de uma pessoa são determinados pela forma que a mesma constrói o mundo. Nesse sentido, como bem aponta Arnaldo Vicente a terapia cognitiva comportamental tem:

... Culminado com a divulgação, cada vez mais frequente, pela mídia em geral pelo paradigma cognitivo, criado por Aaron T. Beck, que enfatiza que 'não é uma situação que determina como nos sentimos, mas sim o modo como a construímos' (VICENTE apud BURNS, 2017, p. 11).

A Terapia Cognitiva Comportamental direciona-se à promoção do paciente como autoterapeuta, sendo esta

Uma proposta a ser alcançada desde o início do processo terapêutico cognitivo-comportamental, com a colaboração de seu terapeuta, principalmente na fase de gerenciamento de sintomas onde se desenvolve o conceito de metacognição visando identificar e transformar os pensamentos disfuncionais em funcionais, obtendo-se uma ativação comportamental que promove uma melhora significativa, já nas primeiras sessões, quanto ao transtorno diagnosticado na avaliação inicial (VICENTE apud BURNS, 2017, pp. 11-12).

Atendendo a diferentes necessidades de uma pessoa, a Arteterapia entra em ação na descoberta de novos caminhos e perspectivas de vida. Neste contexto, a contribuição da Psicologia ocorre na realização de intervenções pontuais em momentos de crise e para manter a estabilidade emocional dos participantes durante as oficinas arteterapêuticas, com a finalidade de trabalhar os pensamentos disfuncionais ou alterações cognitivas que influenciam nos sentimentos e comportamentos, sendo necessária inclusive, em algumas situações, a intervenção individual.

### **Metodologia – O Projeto “Arteiras e Arteiros On-line”**

A inovação de atendimento on-line idealizado pelo CAPS I, com atuação multiprofissional, ocorreu num grupo composto inicialmente por doze mulheres que, anteriormente a essa pandemia já se reuniam presencialmente em grupos terapêuticos no próprio CAPS I, tendo como instrumento facilitador da comunicação entre elas e as terapeutas o aplicativo WhatsApp em seus smartphones, o que favoreceu a transição da modalidade presencial para a modalidade on-line.

Visando a manutenção do vínculo afetivo, o contato entre as participantes e as terapeutas foi feito diariamente durante a semana. O primeiro contato aconteceu na segunda-feira com o envio de mensagens instantâneas contendo textos e vídeos disparadores do processo criativo, para aquecimento de ideias como instrumento facilitador da intervenção online sincrônico às terças-feiras das 14h às 15h30m. As atividades foram acompanhadas de incentivo para que as realizassem como preparo para o encontro das terças-feiras. Nos demais dias da semana foram enviadas outras sugestões de atividades artísticas que as participantes passaram a considerar como tarefas diárias, cuja devolutiva era feita no grupo whatsapp, onde podiam manifestar seus sentimentos e emoções ao realizá-las.

O Projeto *online* se expandiu para outros grupos como a oficina de música, com participantes de ambos os sexos, que já era realizada neste CAPS I presencialmente. Com a percepção das profissionais de referência, no caso a Arteterapeuta e a Assistente social, sobre as necessidades de seus atendidos, foi dada continuidade a essas oficinas, surgindo assim o “Arteiros *On-line*”, realizado

todas as sextas-feiras das 14h às 15h30m com a inclusão de vivências arteterapêuticas e tendo como preparação para o trabalho artístico, poesias e músicas reflexivas. Estava constituído assim, o Projeto denominado “Arteiras e Arteiros *on-line*”.

Posteriormente, de acordo com as necessidades diagnosticadas pelo médico psiquiatra, assistente social, enfermeiro, terapeuta ocupacional e psicóloga, outros pacientes foram encaminhados para o Projeto “Arteiras e Arteiros *On-line*”.

Recebemos solicitação de inclusão nessa nova proposta de atendimento on-line de outros pacientes que não participavam dos grupos presenciais, por nos relatarem que estavam tristes devido à pandemia. Todos os interessados foram incluídos no Projeto totalizando até o momento 24 participantes.

Destacamos neste Projeto seis oficinas realizadas de 06 de abril a 06 de julho de 2020 em modo on-line e sincrônico, intituladas: Café da Manhã, Plantas, Utensílios de Cozinha, Auto Retrato, O Amor e Música para Refletir. Podemos afirmar que todas as oficinas tiveram grandes resultados e foram significativas. Os pacientes aderiram positivamente à nova forma de atendimento on-line que propiciou a continuidade do trabalho já desenvolvido no CAPS I. Os depoimentos apresentados no decorrer do texto receberam nomes fictícios.

No início dessas atividades reflexivas, as participantes utilizaram recursos materiais disponíveis em suas próprias casas como, por exemplo, utensílios domésticos, plantas, roupas, espelho, postagens de fotos da família, *selfies* e pertences significativos.

Para o melhor desenvolvimento das oficinas arteterapêuticas, solicitamos à Secretaria Municipal de Saúde, um kit-arte que foi enviado a cada participante em caixas personalizadas como mostram as fotos.





## Relato de Experiência das Oficinas Realizadas

### Oficina – Café da Manhã

No dia 08 de abril de 2020, foi realizada a oficina Café da Manhã, com seis participantes do sexo feminino com a idade entre 40 e 86 anos, com o objetivo principal de proporcionar a valorização das pequenas atitudes diárias passadas despercebidas. Como este momento exige o “ficar em casa”, foi possível resgatar-se a ação de tornar mais prazerosas as atividades cotidianas com o incentivo da preparação e do arrumar a mesa para o café da manhã, enfatizando o fluir das atitudes que estavam adormecidas, utilizando xícaras, talheres, garrafa térmica, bolachas e o pãozinho fresco.

Pelo WhatsApp foi enviada uma mensagem para que o grupo pensasse o quanto é bom preparar e arrumar a mesa e tomar um café da manhã mesmo estando

sozinha. Foram questionados quais os sentimentos percebidos ao se prepararem para a refeição matinal e solicitada, se possível, uma foto do café da manhã.

As participantes estavam motivadas, agradecidas e expressaram como foi bom preparar tudo para tomar o café e ainda tirar a foto. Relataram como foi bom vivenciar esse momento de partilha das fotos e houve elogios entre as participantes, havendo verbalização de que não preparavam a mesa para o café da manhã, desta forma proposta, há muito tempo.

Foi observada a importância deste momento, por poderem relatar seus sentimentos, mostrar um pouco da sua rotina de café da manhã e compartilhar fotos. Enfim, elas se mostraram muito empolgadas e envolvidas na proposta, demonstrando grande interação durante a vivência, como se o contato presencial fosse real naquele momento. A presente oficina veio a colaborar como uma estratégia de cuidado psíquico, em que as participantes reenquadraram os planos e estratégias de vida às condições impostas pela pandemia. Percebemos o entusiasmo em manter ativa a rede socioafetiva mantendo vivo o contato, mesmo que virtual, com familiares e amigos e compartilhando as suas rotinas diárias de forma mais calorosa.

As propostas Arteterapêuticas e Psicoterapêuticas na oficina introduziram vivências positivas em suas rotinas diárias como o preparo do café da manhã. As pacientes redescobriram valores, resgataram sentimentos positivos ao selecionarem cada item a ser utilizado no preparo e no usufruir do café da manhã, compartilharam fotos com o grupo, mantendo o vínculo afetivo entre si e o contato social mesmo na situação de distanciamento.

Percebeu-se ser possível criar um ambiente virtual acolhedor para a aplicação e desenvolvimento de propostas arteterapêuticas à distância.

O primeiro passo no processo arteterapêutico, em qualquer contexto em que se desenrole, consiste na criação de um espaço acolhedor e respeitoso, em

que os participantes se sintam seguros e confortáveis, facilitando a construção do vínculo e viabilizando a vivência do processo de transformação interior que o trabalho com criatividade desencadeia (BERNARDO, 2013, p. 14).



Fotos tiradas por participantes

Foi muito bom, cafezinho de manhã põe na mesa. Quando estamos sozinhas é ruim, motivou a fazer de novo em outros dias daquele jeito, arrumar a mesa.

Foi uma coisa boa para compartilhar com as pessoas. Incentivou a arrumar a mesa, não comer de qualquer jeito, mas sim colocar uma xícara bonita na mesa. Eu me lembrei da minha mãe, pois ela ensinava a arrumar uma mesa para o café ela sempre fazia assim com carinho. O grupo *Arteiras On-line*, dentro dessa pandemia, foi a melhor coisa que aconteceu, nos incentivou a fazer coisas em casa sem precisar sair. Fico esperando vocês pela chamada de vídeo, como eu espero meus irmãos e meus filhos no domingo pelo vídeo-chamada. Eu fico pronta para esperar vocês. Faço as atividades com gosto, com prazer. Ficaria desesperada sem esse contato (Neide, 78 anos).

## Oficina – Plantas

Considerando que as participantes ainda não tinham os kits de arte em mãos, foi dada continuidade ao trabalho com a criação de oficinas com materiais que julgamos todas terem em comum.

No dia 09 de abril de 2020, foi iniciada a vivência arteterapêutica on-line não sincrônica das Plantas com cinco participantes mulheres de 40 a 86 anos com o objetivo de proporcionar às participantes do grupo uma nova maneira de lidar com seus jardins, valorizando os momentos de contato com a natureza, mesmo que sós, explorando os sentidos ao interagir com as plantas, observando os formatos e as

espécies, sentindo os perfumes que exalam das flores, entrando em contato com as cores das flores e das folhas em suas diferentes tonalidades (claros e escuros), tateando as diferentes texturas, avaliando as sensações que as mesmas lhes proporcionam em seu ambiente e tudo que de estímulos recebessem de seus jardins e vasos.

“As experiências sinestésicas, reunindo em uma só atividade expressiva, a estimulação múltipla e ativação simultânea de vários canais sensoriais, podem ser muito benéficas para ativar o processo arteterapêutico” (PHILIPPINI apud MORAES, 2018, p.99).

Foi inicialmente solicitado, através de mensagens, que as participantes observassem em seus jardins ou mesmo no interior de suas residências as plantas com as quais mais se identificassem.

Posteriormente foi requisitado que as participantes descrevessem as características físicas das plantas e expressassem seus sentimentos e sensações que as mesmas lhes proporcionaram, fazendo os registros através dos aplicativos de mensagens. Para finalizar foi solicitado que elas tirassem fotos das plantas e que também escrevessem ou falassem em mensagens de voz a sensação experimentada ao realizar a atividade.

As participantes demonstraram, em sua maioria, a sensação de satisfação ao realizar a atividade; expressaram sentimentos de alegria e entusiasmo. Solicitaram até a continuidade da oficina, pois foi um momento prazeroso para elas.

Levando-se em conta a importância do trabalho psicoterapêutico e arteterapêutico com plantas, essa oficina contribuiu para o cuidado, a interação e o contato entre homem-natureza. Por meio dela foi possível criar alternativas como um novo olhar para o que se tem dentro de suas próprias casas, ressignificando,

ajudando na saúde física e mental, causando bem-estar, resgatando valores, reinventando conceitos muitas vezes despercebidos, possibilitando o relaxamento e o desprendimento das situações estressantes nesses dias.



Fotos tiradas por participantes

Foi gostoso participar dessa oficina, eu gosto muito das minhas plantas e de mexer com elas. Se eu tivesse alguém para fazer meu serviço, mexeria o dia todo com as plantas. Todos os dias eu molho e quando necessário podar as plantas. Eu também converso com as minhas plantas porque elas têm vida e sentimentos e elas ficam felizes. Falo bom dia, minhas lindas. Eu fico muito feliz de conversar com plantas. Me sinto calma e tranquila. Quando estou em crise e entediada mexo com as plantas, ajuda eu ficar animada. Desde quando eu tinha meus 18 anos gostava de plantas eu me lembro de ir até o rio para pegar mudas de plantas como samambaias. Eu tenho plantas em todos os lugares da minha casa. Eu tenho cebolinha, mostarda, hortelã e coentro. Eu também tenho rosas vermelhas, gosto muito.

O Grupo *Arteiras Online* me ajuda e me faz muito bem, a gente está longe, mas está perto, não está no CAPS e está em casa fazendo as mesmas coisas e fiquei muito feliz em ganhar o Kit arte (Depoimento de uma Participante da Oficina Plantas, Inês, 58 anos).

### Oficina – Utensílios de Cozinha

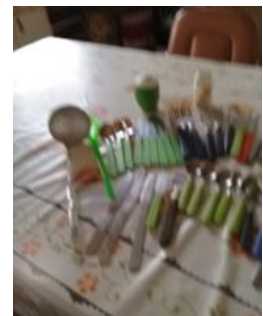
No dia 16 de abril de 2020 foi realizada a oficina de Utensílios de Cozinha com cinco participantes. O objetivo foi o de levar as participantes a explorarem, de forma espontânea, o ambiente doméstico, despertando a criatividade, construindo de forma lúdica as vivências artísticas com os utensílios de cozinha, proporcionando um interagir criativo no despertar da potencialidade ao dar novas formas para objetos que antes eram utilizados de forma convencional, tais como, pratos, xícaras, talheres de metal e madeira e guardanapos.

No primeiro momento foi solicitado que observassem o ambiente da cozinha e selecionassem utensílios que lhe chamassem mais atenção, para construção de algo que viesse à sua imaginação. Em seguida fizeram uma composição com os utensílios escolhidos e agradáveis aos seus olhos usando a fotografia como recurso artístico para o registro.

As participantes relataram a importância da reutilização dos utensílios guardados, que trouxeram lembranças positivas de momentos especiais, e expressaram sentimentos de felicidade, no entanto, duas integrantes apresentaram dificuldade em usar a criatividade e a imaginação, porém, mesmo assim realizaram a atividade sugerida.

Nesta oficina foi possível observar que as participantes conseguiram expressar a sua criatividade utilizando-se de recursos disponíveis e de objetos significativos. Através do processo Psicoterapêutico e Arteterapêutico foi possível proporcionar vivências de sentimentos, resgatando emoções positivas ao lidar com objetos significativos fornecendo ferramentas que estimulam a criatividade e promovendo o bem-estar diante da situação vivenciada, refletindo positivamente neste momento em que o distanciamento social se faz necessário.

As atividades expressivas podem fornecer à alma uma linguagem através da qual ela possa manifestar-se e ser convidada a participar de nossa realidade concreta, colocando-nos em contato com os símbolos que guiam e estruturam o nosso desenvolvimento psíquico (BERNARDO, 2013, p. 125).



### Algumas produções das participantes

Eu me senti bem ao participar dessa oficina porque foi algo diferente, nunca tinha realizado atividades artísticas com garfos e colheres. De primeiro momento achei estranho, pensei que ficaria esquisito colheres misturadas com garfos. Após terminar e vi que consegui fazer flores, pensei 'Nossa ficou bonita!' Eu fiquei feliz comigo. O Grupo Arteiras On-line é importante, pois não fico parada sem fazer nada e ajuda a melhorar a minha mente. Quando faço as atividades ajuda na minha memória. Eu fiquei ansiosa porque o grupo tinha parado e pensava quando começaria novamente. Agora estou feliz e tranquila porque estou participando do grupo novamente (Ester, 50 anos).

## Oficina – Autorretrato

No dia 28 de maio de 2020 foi realizada a oficina Auto Retrato com sete participantes entre 40 e 86 anos, com o objetivo de proporcionar às participantes do grupo, um novo olhar, uma nova maneira de lidar com recursos próprios e valorizar os momentos, mesmo estando sozinhas devido à atual pandemia.

Pelos relatos apresentados durante as outras oficinas já realizadas, percebemos que algumas participantes revelavam dificuldade em lidar com sentimentos como o de baixa-estima, de aceitação, de falta de iniciativa, de desmotivação na sua própria valorização. Portanto, vimos a necessidade de utilização de recursos arteterapêuticos, como a técnica de autorretrato, que possibilita a expressão das percepções que as participantes têm delas mesmas, tanto fisicamente quanto sobre os sentimentos em relação a si mesmas e, até mesmo, como se relacionam com as pessoas que fazem parte do seu cotidiano, como enfrentam as situações e como lidam com as emoções diante de sua própria imagem.

Para a realização desta vivência foi enviada mensagem via WhatsApp para que cada participante fizesse seu autorretrato, no espelho ou a partir de uma foto, sem se preocupar com a estética ou com o certo ou errado. Sugerimos que apenas se deixassem levar pela imaginação e, com os recursos disponíveis, se abrissem para a realização da proposta.

As participantes, ao realizarem as atividades, demonstraram sensações positivas em relação aos seus desenhos, gerando reflexões de suas percepções interiores e proporcionando uma conexão com seu verdadeiro eu. Porém, percebemos resistência de uma participante para desenhar sua própria imagem, verbalizando que se sentia inferior às outras, preferindo copiar o desenho realizado por outra participante.

Uma forma habitual de utilizar a palavra no processo arteterapêutico é através de processo de desbloqueio criativo, levando quem experimenta a uma condição propiciatória para que suas palavras gerem mais palavras, sendo este caminho propício para a produção e criação de textos e escritas diversas. O que certamente é um bom exercício criativo, pois esse tipo de escrita costuma resultar em benéfico e silencioso diálogo entre quem escreve e aspectos de sua vida psíquica menos consciente (PHILIPPINI apud LOPES, 2013).

Diante das expressões artísticas e dos relatos pudemos observar os efeitos do trabalho arteterapêutico aliado à psicoterapia sobre o empoderamento das participantes ao favorecer as interações e propiciar bem estar físico e mental.

A partir dessa vivência, observamos, diante das dificuldades apresentadas, a necessidade de uma intervenção no sentido de trabalhar a autoestima e viabilizar à participante seu autoencontro. Foi possível aprofundar a percepção de sua forma de ser, espelhando-se em imagens. O refletir a própria imagem através do desenho favoreceu o entendimento do que a sua fisionomia exprime sobre seus próprios sentimentos, bem como, exercitar a procura em nosso interior por nossas qualidades e habilidades. O redirecionamento da percepção interior viabilizou a todos os pacientes a compreensão do que podemos cultivar em nós e o que absorvemos; levando à conscientização de que é possível fazer mudanças por meio das redefinições das vivências negativas e nos posicionando como autores da nossa própria existência e líderes de nós mesmos.





Autorretratos produzidos por participantes

Eu sempre tive dificuldade em olhar a minha imagem no espelho, ver fotografias, odiava tirar fotos e não conseguia olhar para mim mesma. Quando eu era criança falava do tamanho do meu rosto, do meu nariz. Fui crescendo com muitas críticas em relação ao meu rosto. Fui criando bloqueios, insegurança de tirar fotos, sempre me senti diminuída em relação às outras pessoas, mas, mas não via valor em mim.

A insegurança também refletiu na minha vida. Eu poderia ter feito muito mais coisas se não fosse essa insegurança. Não conseguia sorrir.

Percebi que comecei a mudar após completar 55 anos, pois consegui dar mais tempo para mim (parei de trabalhar em tempo integral) e foi assim que comecei a melhorar (consegui falar não), pois sempre pensava nos outros. Passei a cuidar de mim.

Quando comecei a participar do Projeto 'Arteiras On-line' fui evoluindo e no momento da Oficina do Auto Retrato eu percebi que consegui me enxergar,

não mais como enxergava antes, mas sim como uma mulher bonita, forte, um ser humano.

Através do desenho me redescobri, pois, não sabia que era capaz de fazer o desenho e da forma que foi feito e com o resultado que eu vi. Foi uma coisa espontânea, fácil e simples. No primeiro momento pensei que não iria conseguir fazer e não conseguiria desenhar nada. No momento que peguei no lápis foi muito espontâneo, foi como se eu estivesse olhando para dentro de mim. Eu me senti muito feliz e realizada; em saber que eu sou capaz das coisas e que tenho que tentar mesmo achando que não vou conseguir. Eu fiquei encantada em fazer esse desenho. Me enxerguei com vida e começando uma nova fase.

O Grupo 'Arteiras *On-line*' está me fazendo muito bem. É como se tivesse quebrado um muro, uma barreira dentro de mim. Não consegui costurar mais e agora estou conseguindo. Eu me sinto mais animada, mais segura, mais forte, cheia de vida. É interessante como a arte pode mexer com os sentimentos da gente. (Marcinha, 57 anos).

## Oficina – O Amor

Esta oficina foi realizada no dia 29 de maio de 2020, com cinco participantes de 30 a 54 anos, de ambos os sexos. Objetivamos trabalhar a importância do amor ao próximo, a si mesmo, buscando identificar este sentimento e como ele pode contribuir no nosso dia a dia dentro de casa.

A linguagem dos materiais envolvidos nesse processo terapêutico favorece a ampliação da consciência no aqui e agora. Em virtude do distanciamento social que gera diversos sentimentos como insegurança, fez-se necessária a utilização de recursos arteterapêuticos com a finalidade de proporcionar bem-estar emocional, para que as referidas participantes pudessem lidar com situações inesperadas.

Segundo Acampora (2016) “Utiliza-se a arte e suas diferentes expressões como recurso terapêutico visando desenvolver o autoconhecimento, a autoestima, o equilíbrio e o desenvolvimento pleno do indivíduo” (p.11).

Iniciamos com acolhimento do grupo desejando as boas-vindas, abrindo espaço para que cada participante relatasse verbalmente como foi o decorrer da semana, expressando seus sentimentos de forma espontânea. Em seguida

anunciamos o tema AMOR, que foi escolhido para reflexão, utilizando a música “Monte Castelo” da banda Legião Urbana, enviada previamente ao grupo no início da semana via WhatsApp. Foi comentado sobre a importância do amor ao próximo, o amor incondicional e a relevância de pessoas que passaram por nossas vidas.

A apresentação da música ajudou na sensibilização do grupo para darmos início à discussão que gerou relatos das experiências vividas sobre o amor. A música se apresentou como uma textura sonora rica em emoções, dialogando com a melodia e a letra poetizada. A finalização se deu com a escolha, em conjunto, do novo tema a ser trabalhado na próxima semana.

Cada participante compartilhou suas experiências definindo o que é o AMOR para cada uma delas:

- O amor é incondicional, exemplificando o amor de uma mãe por um filho, o amor de Deus pela humanidade.
- O amor por um amigo e sua importância para o crescimento pessoal.
- O amor pela natureza, pelos animais.
- O amor entre casais, o amor na família, situações em que mesmo em meio aos conflitos, o amor se faz presente.

Todas estas reflexões foram muito profundas e trouxeram enriquecimento ao grupo, pois abriram espaço para o relato de vivências de conflito na família, bem como a superação destes, através do amor, do perdão, da compreensão e do desejo de mudança. Relataram também a importância do tratamento no CAPS, desde a psicoterapia, a participação nas oficinas, dentre outros, que tem contribuído para melhora da autoestima e da qualidade de vida.

Após os relatos, a equipe parabenizou o grupo ressaltando a importância da participação de cada um e a de continuar buscando recursos que os fortaleça no

atual momento. Ficou combinado para o próximo encontro uma nova música sugerida por uma participante, a música "País e Filhos" da mesma banda Legião Urbana.

O processo arteterapêutico colabora com o indivíduo no enfrentamento de situações-problemas, possibilitando novos olhares para a resolução dos seus conflitos internos.

Quando comecei a fazer terapia, no início parecia que nada ia melhorar em minha vida, eu me sentia muito feia, muito fora dos padrões vamos dizer assim, estava muito cabisbaixa, Autoestima? Zero...

Depois junto com a oficina do amor, assim que comecei a participar, embora nunca tenha participado com as pessoas pessoalmente, devido aos tempos difíceis que estamos vivendo, eu me apaixonei de primeira, foi 'amor à primeira vista mesmo'...

Participar do grupo é para mim algo muito importante, cada vez que eu participo fico querendo participar mais. Tenho sede de viver, de estudar, de realizar meus sonhos, com as meninas aprendi a enfrentar meus medos, venci o passado, venci a estagnação, não quero mais ficar onde eu estava... Quero fazer tudo que eu puder fazer para ir atrás dos meus sonhos e realizá-los, tenho sede de conhecimento, sede de VIVER, sede de fazer o bem, pois quando fazemos o bem, não somos nós que estamos ajudando, nós estamos que recebemos a ajuda...

Certa vez no grupo ouvimos a música 'Monte Castelo' da Legião Urbana, e uma parte que me tocou muito dessa música e que eu até comentei, pois sempre nós nos reunimos por chamada de vídeo, compartilhamos músicas, compartilhamos tudo de nossa semana... Certa vez analisamos essa música, a parte que mais me tocou foi essa:

Que façamos o bem, que pratiquemos a empatia, que sejamos amor o ano todo, todos os dias de nossas vidas! A frase que eu coloquei no meu status do WhatsApp começo do ano, eu não imaginava que iria fazer tanto sentido em minha vida, sem eu saber eu coloquei uma frase que mais tarde era o que eu iria viver, ou pelo menos tentar, graças a deus, por ter me dado a chance de poder participar desse grupo maravilhoso, a oficina do amor.

Então, eu digo a você que está lendo, hoje: que sejamos amor, que tenhamos fé, fé em deus, fé no amor, fé na vida! que sejamos gratos a cada detalhe que nos faz ter a chance de recomeçar a cada dia em que acordamos... Agradecer traz coisas boas!

Todos temos falhas, todos temos fraquezas, todos podemos passar por algum tipo de doença, seja ela física ou mental, mas devemos buscar, buscar ajuda, aceitar a ajuda que nos é oferecida de coração, e tentar, tentar sair daquele estado em que nos encontramos, pois o amor é tudo, o amor é amor, é de verdade, e o amor começa dentro de nós... com a oficina do amor, com as meninas, com as pessoas que comigo participaram, eu aprendi que devo me amar em primeiro lugar, para depois amar o meu próximo... pois se eu não amo quem eu sou, como posso dizer que amo a Deus? Amo minha família, meus amigos, meus irmãos, meu semelhante?

Tenham sede de viver, tenham sede de amor, tenham sede de se amar e de ser amado. Hoje eu me sinto linda, eu sinto o verdadeiro amor, pois estou aprendendo a me amar cada vez mais, e assim me sinto cada vez mais amada...

Hoje eu sou grata a Deus, a vida e a esse grupo maravilhoso, a essas pessoas maravilhosas que entraram em minha vida para me ajudar e para somar, simplesmente muito amor, amor e gratidão (Luísa, 27 anos).

## **Oficina – Música para Refletir**

Foi realizada no dia 23 de junho de 2020, uma oficina para cinco participantes do sexo feminino, com idade entre 40 e 86 anos, com os objetivos de estimular relatos de experiências vivenciadas durante a semana, trabalhar as emoções, desenvolver a autoestima, transformar pensamentos disfuncionais em funcionais e modificar os seus padrões de cognições negativas.

A cognição é um pensamento ou percepção. Em outras palavras, suas cognições consistem em seu modo de pensar nas coisas em qualquer momento, inclusive agora. Esses pensamentos passam pela sua cabeça automaticamente e costumam ter um enorme impacto no modo como você se sente (BURNS, 2017, p. 19).

Em virtude dos diversos sentimentos que geram insegurança, causados pelo distanciamento social, fez-se necessária a utilização de Técnicas Arteterapêuticas e Intervenções Psicoterapêuticas, com a finalidade de proporcionar recursos para que as participantes aprendessem a lidar com situações inesperadas, estressantes, frustrações e desconforto, auxiliando na prevenção de agravos.

Foi enviada anteriormente uma mensagem pelo WhatsApp, para lembrar o horário da atividade e a importância da participação.

No início foi apresentada a música “Aquarela”, de Toquinho, cantada e acompanhada de violão para reflexão. Vale ressaltar aqui que a equipe técnica conta com uma Assistente Social que toca violão e também canta, o que ajudou no desenvolvimento da oficina. Durante o encontro, as profissionais questionaram as participantes sobre como passaram a semana, como estavam se sentindo em relação às tarefas propostas e como estavam se sentindo naquele momento do encontro. Nos

relatos, ao longo da oficina, informaram que estavam muito incomodados com o ficar em casa sem contato social. Diante dos relatos apresentados ocorreram as intervenções terapêuticas. Para encerramento da atividade desse dia, foi apresentada a música “Quero que Valorize”, de Armando Filho.

Dentre os relatos, as participantes puderam expressar seus sentimentos, expondo emoções como tristeza, angústia, baixa autoestima, desmotivação diante das vivências diárias. Houve estímulos por parte das participantes, no sentido de acolher as colegas com palavras de afago, motivação, empatia diante de seus relatos e, além de motivarem com palavras, compartilharam trabalhos manuais que realizaram com incentivo do grupo (que anteriormente não se sentiam capazes de realizar) e incentivaram as demais participantes a valorizar o que cada uma tem de melhor em suas habilidades, de acordo com suas potencialidades.

O encontro foi de muita relevância neste momento em que as participantes do grupo estão distanciadas em casa, mas, com a oportunidade do encontro on-line. Vale lembrar que o distanciamento está ocorrendo de forma física, contudo, foi possível perceber que não houve o distanciamento afetivo, pois, a participação foi geral e elas conseguiram exteriorizar os sentimentos de forma espontânea e deixando fluir as emoções. Em um determinado instante foi necessária a intervenção psicoterapêutica após a expressão de sentimento por parte de uma das participantes, no sentido de trabalhar distorções cognitivas que se manifestaram através de sentimentos de desânimo e desesperança. Nesse contexto, a participante foi convidada a rever focos positivos do seu cotidiano para prover alívio das necessidades ocorridas no tempo do atendimento. No momento entendemos que a forma de cada sujeito vivenciar a pandemia é singular, e irá instigar os recursos psíquicos existentes, conscientes ou não, para interpretar a situação e assim

trabalhar e se reorganizar no enfrentamento. A Psicologia se direciona ao atendimento de vivências que impactam, de algum modo, na qualidade de vida e na saúde mental, que é relevante para os enfrentamentos e reorganizações que ainda ocorrerão.

Nesta oficina o processo Arteterapêutico foi mediador e transformador, proporcionando a socialização, a interação e o acolhimento afetivo do grupo. Foi proposto um abraço virtual que teve grande significado, servindo de instrumento de reaproximação das participantes. Recursos como as chamadas de vídeo, o WhatsApp, entre outros, vêm se apresentando como uma nova e importante ferramenta de trabalho na Arteterapia, com o intuito de aproximar técnicos, participantes e familiares, bem como proporcionar o cuidado nesses tempos de distanciamento social.

Foi um dia que eu estava bem pra baixo, tudo estava ruim, não estava com vontade de postar as atividades que realizei com muita tristeza, estava sem ânimo para levantar. Eu peguei sem ânimo o celular, comecei mal, depois que me desabafei melhorei muito, as colegas de grupo colaboraram, incentivando, cada uma deu sua palavra, me ajudou muito naquele momento. Consegui por pra fora o que estava me deixando mal. Na minha avaliação não dava valor nos meus trabalhos, eu comparava os trabalhos, na minha cabeça tinha que ser algo especial 100% perfeito. Pelo incentivo das colegas de grupo eu vi que não era assim. As orientações das terapeutas me ajudaram muito a melhorar os pensamentos ruins. Estou adorando o Projeto *Arteiras On-line*, pelo fato de estar me fazendo muito bem e também por ser atendida em casa (Fátima, 60 anos).

## **Considerações Finais**

Superamos algumas dificuldades em utilizar o aplicativo, pois alguns participantes não tinham o recurso por motivos financeiros, por não conseguirem

manuseá-lo, ou nem mesmo ter a ajuda de um familiar para orientar o uso do aparelho, ficando muitas vezes sem saber nem sabendo o que foi proposto. Ainda, a falta de privacidade do ambiente domiciliar intimidou alguns participantes a se expressarem de forma espontânea, ocorrendo a necessidade de atendimentos individuais, ressaltando o modo sincrônico.

Observamos que apesar do distanciamento físico, foi possível manter os vínculos afetivos entre os participantes e a equipe técnica da Instituição, momentos em que os mesmos trouxeram demandas de necessidades do cotidiano e estas puderam ser atendidas pela equipe através do Projeto “Arteiras e Arteiros *On-line*”. Os participantes apresentaram entusiasmo, motivação diante das oficinas demonstrando criatividade na utilização dos recursos ao alcance de cada um e também com os do kit que foi enviado para suas residências para a realização das oficinas propostas, estimulando o contato social não presencial.

O compartilhar dos sentimentos de solidão e as vivências do cotidiano ajudou os participantes no alívio das tensões, em virtude do distanciamento social, e nas questões pessoais. Tivemos relatos, de uma forma geral, sobre a necessidade de manter oficinas até mesmo nos finais de semana e feriados. Infelizmente não foi possível atender a esse pedido.

Observamos, igualmente, que foi possível estimular o sentimento contido e externar emoções que atuavam como um bloqueio na vida pessoal e que carinhosamente o grupo acolheu oferecendo recursos e exemplos de superação.

De acordo com os recursos arteterapêuticos foi possível promover nos participantes o autoconhecimento e a interação com o seu interior tornando seus conteúdos conscientes na medida em que foram expressos quando lhes deram uma forma, mesmo que ainda resquícios permaneçam no inconsciente. Acontece no



homem um movimento dinâmico de sobrevivência transformando a realidade visível em arte subjetiva e assim, ocorrendo a percepção de si mesmo.

O Projeto “Arteiras e Arteiros *On-line*” mobilizou os pacientes do CAPS I que estavam em terapias presenciais antes da pandemia, de uma maneira muito satisfatória, pois sentiam a necessidade de manter o vínculo afetivo com os colegas de grupo e com as terapeutas, visto que, por meio da comunicação expressivo-criativa de cada um deles, a Arteterapia e a Psicoterapia contribuíram para a construção afetiva, tornando-os mais resilientes para o enfrentamento diário diante da pandemia que estamos vivendo. Como já visto, as oficinas foram realizadas por meio da materialização das linguagens da arte e de seus recursos expressivos, possibilitando o ajuste emocional e comportamental dos pacientes envolvidos no projeto. Este caminho de transformação está sendo vivenciado de tal forma que até as dificuldades serviram de aprendizado. Por meio dos recursos arteterapêuticos, os pacientes têm conseguido demonstrar em seus relatos a satisfação e a alegria de descobrirem capacidades e habilidades diante das atividades executadas.

Portanto, o trabalho conjunto da Arteterapia e da Psicologia mostrou-se fundamental para que o Projeto “Arteiras e Arteiros *On-line*” obtivesse resultado satisfatório no atendimento aos pacientes neste período de pandemia em que estamos todos em distanciamento social, levando-os a descobrir novos caminhos e perspectivas de vida.

Nesse cenário, podemos afirmar que é possível desenvolver intervenções arteterapêuticas na modalidade on-line até que ocorra a liberação dos órgãos competentes para a retomada da rotina presencial.

**Data de recebimento: 10.08.2020**  
**Data de aceite 1º parecerista: 15.10.2020**  
**Data de aceite 2º parecerista: 18.10.2020**

## Referências

ACAMPORA, Beatriz. **170 Técnicas Arteterapêuticas** – modalidades expressivas para diversas áreas. Rio de Janeiro: WAK Editora, 2016, p. 122-123.

ARCURI, Irene. **Arteterapia** – um novo campo do conhecimento. São Paulo: Vetor, 2006, p. 73.

BERNARDO, Patrícia P. **A prática da Arteterapia: correlações entre temas e recursos**. São Paulo: Arterapinna Editorial, 2013. Vol. 1, p. 21 e p. 125.

BURNS, David D. **8tr56** – A Revolucionária Terapia do Bem-Estar. São Paulo: Cienbook, 2017, p.11-12-19.

LOPES, Cristina P. **Práticas Criativas de Arteterapia como intervenção na depressão** - Memórias da Pele. Petrópolis: Vozes, 2018, p. 82.

MORAES, Eliana **Pensando a Arteterapia**. Divino de São Lourenço-ES: Semente Editorial, 2018, vol. 1, p. 76-77.

ORGANIZAÇÃO MUNDIAL DA SAÚDE – OMS. **Organização Mundial de Saúde declara pandemia do novo Coronavírus**. 11 de março de 2020. Disponível em: <<https://www.unasus.gov.br/noticia/organizacao-mundial-de-saude-declara-pandemia-de-coronavirus>> Acesso em: 19 jun. 2020.

## Artigo Relato de Experiência

**O Temenos: um olhar sobre o *setting* – espaço-tempo de encontro das vivências arteterapêuticas**

**The Temenos: a look at the setting – space-time of art-therapeutic experiences**

**Maira Bruce Valença<sup>8</sup>****Resumo**

Este artigo aborda a questão do *setting* arteterapêutico, percebendo-o como um espaço-tempo ritualístico, propício para a jornada vivencial do indivíduo no encontro consigo, em grupo. Nele, artigo 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 e para o grupo. Baseia-se na minha vivência como aluna na Formação em Arteterapia e Linguagens Corporais da Traços – PE, que se configurou como um grupo arteterapêutico com objetivos formativos.

**Palavras-chave:** Arteterapia. *Setting*. *Temenos*. *Kairós*. Héstia.

**Abstract**

This article approaches the question of the art therapy setting, perceiving this like a ritualistic space-time, propitious to the experiential journey of the individual in the encounter with himself, in a group. Therefore, I articulate some notions that adjectivate the therapeutic space as a welcoming environment (Hestia), where time can be expanded (Kairós) in a transforming experience (Temenos) for the individual and the group. Based on my experience as a student in the Training in Art Therapy and Body Languages of Traços - PE, which was configured as an art therapy group with formative objectives.

**Key-words:** Art therapy. *Setting*. *Temenos*, *Kairós*, Héstia.

---

<sup>8</sup> 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

## **Arteterapia: um campo do saber**

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 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 o que Csikszentmihalyi (*apud* Philippini, 2011 a) considera um “fluxo de criatividade”, que nessa perspectiva representa saúde. A arteterapia parte 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.

Para Verena Kast (2016, p. 134) é preciso dedicar tempo e ritmo ao criativo, pois quando algo novo surge, isso expressa verdadeiramente o “aspecto vivo da alma: para o indivíduo, mas também para a sociedade”. A criatividade expressa, segundo a autora, que ocorreu um movimento de ressonância entre os mundos interior e exterior do indivíduo, gerando uma nova criação. De acordo com a autora:

Tornar-se são significa para Jung conectar-se com o princípio criativo que permeia tudo na vida, de estar no fluxo do devir e do morrer. Então a pessoa passa a viver numa postura criativa, ela passa a ter acesso aos seus recursos, então as forças de autocura podem começar a agir na pessoa. A criatividade se apoia na força de imaginação criativa. Para C.G. Jung, esta é de importância central: quando o ser humano é criativo, ele cria também a si mesmo. (KAST, 2016, p. 138)

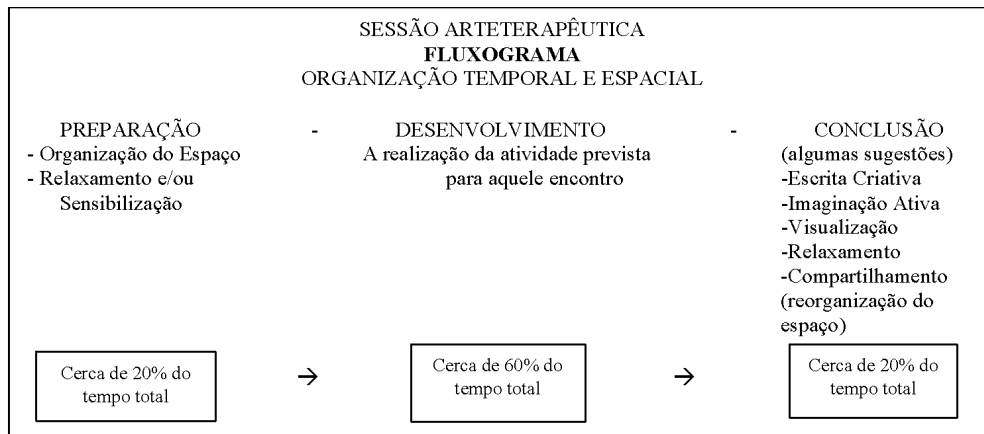
Buscamos, em Arteterapia, tocar as pessoas, a partir da experimentação de materiais e vivências. A partir deste processo, com os recursos criativos que se tem, criam, amalgamam formas e imagens simbólicas que servem aos processos subjetivos de autoconhecimento e construção de si, e são também servidas e complementadas pelas trocas de olhares, de falas, de sentires, sobre o que foi feito, estabelecendo conexões entre a imagem e as vivências pessoais.

Em Arteterapia 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, aprender com isso. Buscamos trazer para a vida o que está enrijecido. A isto, Angela Philippini (2011a, p. 18) nomeou a “Dimensão Vivencial” em Arteterapia.

Segundo Philippini (idem), existem três dimensões que norteiam e organizam o processo arteterapêutico em grupos, dentro do *setting*, onde ocorre este fazer, elas são: a *Dimensão Primária*, referente às memórias afetivas primordiais, como a família, por exemplo, e tudo o que ela significa, como o aconchego primordial, recriado pelo aconchego do *setting* arteterapêutico; a *Dimensão Secundária*, referente ao contexto das normas, das regras e das leis do convívio social, necessárias em qualquer grupo ou turma; e a *Dimensão Vivencial*, referente ao que é expressivo e criativo das atividades arteterapêuticas.

A dimensão vivencial se pauta numa organização profana do tempo (ELIADE, 2012) – isto é, o tempo cronometrado das atividades cotidianas, afinal, é neste tempo que funcionamos, porém, ela busca 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”.

O Tempo profano a que me refiro, portanto, é a organização estrutural do tempo de uma vivência, entendida aqui, no sentido Arteterapêutico, da Dimensão vivencial, do espaço-tempo de uma atividade que acarretará a aquisição de conteúdos significativos para a vida do sujeito que dela participa. Esta organização estrutural se pauta no seguinte Fluxograma (PHILIPPINI, 2011a, p. 38):



Esta estrutura é uma base na qual desenvolvemos o trabalho em Arteterapia, mas não é, de modo algum, compreendida como uma estrutura rígida. Ela funciona mais como um guia, onde as porcentagens são indicações de um fluxo possível, como seu próprio nome sugere.

Além da organização temporal, existe uma organização espacial que chamamos “setting arteterapêutico”. A preparação das sessões de Arteterapia, seja ela de cunho terapêutico ou formativo, exige inicialmente a ambientação do *setting* onde ocorrerá a sessão, terapêutica ou formativa. O *setting* é o local que abriga o tempo sagrado, a dimensão ritualística de uma sessão, e por isso ele tem um papel fundamental neste fazer.

A partir dessa organização inicial, espaço-temporal, tudo pode acontecer, basta dispor de criatividade, sensibilidade e principalmente do conhecimento que possibilite

conduzir tudo isso de forma a criar pontes entre as pessoas, o que elas criam nesse espaço, suas demandas e suas vivências.

O aspecto vivencial da Arteterapia envolve inicialmente um momento de relaxamento, ou sensibilização, fundamental para o desenvolvimento do trabalho, pois permite uma maior entrega, reduzindo as resistências em estar presente.

Depois, ocorre o desenvolvimento da atividade prevista para aquele encontro, que pode ter o que chamamos “estímulos geradores” – músicas, vídeos, poemas, textos, etc., que, vinculados a um tema, estimulam a atividade expressiva. Esta atividade expressiva também pode ocorrer sem estímulos geradores, principalmente quando se está iniciando um trabalho com um grupo e ainda desconhecemos os temas que aquele grupo traz. Portanto, este momento central é o momento onde ocorre a atividade expressiva em si, que pode ser com argila, pintura, colagem, e diversos outros suportes e materiais, tanto quanto a criatividade puder viabilizar.

Por fim, num momento mais conclusivo, podemos utilizar a escrita criativa, o diálogo com as imagens geradas, ou o compartilhamento do que foi vivido. Através desta organização temporal e espacial, os participantes são levados a uma imersão em sua subjetividade, e quando em grupo, também a um envolvimento coletivo.

De acordo com Marian Liebmann (2000, p. 18):

[...] A Arteterapia usa a arte como meio de expressão pessoal para comunicar sentimentos, em vez de ter como objetivo produtos finais esteticamente agradáveis a serem julgados segundo padrões externos. Esse meio de expressão é acessível a todos, não apenas aos que têm talento artístico.

Isto aponta para um princípio fundamental neste fazer: a fruição. O fluxo. Não buscamos o controle da imagem a ser produzida, atuamos no processo de criar as condições para deixar emergir imagens, qualquer que sejam, e em seguida, atuamos

nos diálogos que podem ser estabelecidos com esta produção a fim de que ela possa falar-nos sobre nós mesmos.

Segundo Andrade (2000, p. 35):

Ao utilizar-se de práticas artísticas [...] tendo funções terapêuticas [...] deixa-se de lado os aspectos estéticos e formais [...] o que importa de fato é propiciar aos indivíduos uma forma de dinamizar sua condição inata de organizar suas percepções, sentimentos e sensações, ou seja os conteúdos internos de sua vida psíquica vertidos em imagens e símbolos.

Não é preciso ser um sujeito em sofrimento psíquico para buscar a Arteterapia, pois a livre expressão artística através da imersão na atividade criativa proporciona o autoconhecimento a todo e qualquer indivíduo, que se depara e dialoga com as imagens que gerou, e num processo que envolve expressão e leitura de si através da arte, cultiva seus fluxos criativos, alimentando-os de imagens simbólicas.

De acordo com Silveira (*apud* PHILIPPINI, 2011a, p. 34):

[...] o que importa é o indivíduo dar forma, mesmo que rudimentar ao inexprimível pela palavra: imagens carregadas de energia, desejos e impulsos. [...] Somente sob a forma de imagens a libido poderá ser apreendida viva, e não esfiapada pelo repuxamento das tentativas de interpretações racionais.

Aqui, a arte é um caminho para o autoconhecimento e *alongamento* da alma – numa paródia ao alongamento do corpo. Esticamos, massageamos, tiramos as tensões da alma, e assim, ela se expande – cresce como nossos corpos, depois de alongados.

### **As vivências arteterapêuticas em grupo e o conhecimento de “si-mesmo”**

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. Para isso, precisamos cuidar do nosso espaço interno e externo, e isto significa reviver 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 e quando em grupo, ao conhecimento também do outro. Vivenciar o autoconhecimento no *setting* arteterapêutico é deixar-se tocar, emocionar, sentir na pele, nos ouvidos, é respirar e se conectar com a própria história e com as próprias pulsões.

A sensorialidade tem um papel fundamental nesse processo. Segundo Verena Kast (2016, p. 20):

Experiências sensoriais, experiências feitas com os sentidos são muito próximas de experiências de sentido. Nessas situações vivenciamos a vida como cheia de sentido. [...] A palavra “*sinnan*” do alto alemão antigo para a experiência de sentido significa “explorar”, “experimental”. [...]. Quando nos apercebemos do mundo com todos os sentidos, estamos bem ali onde a vida ocorre neste instante, em determinado espaço, em determinado tempo. Estamos ‘conosco’ e no mundo. Somos seres humanos, da forma como os seres humanos sempre foram: percebemos a vida com todos os sentidos e assim estabelecemos uma relação erótica com o mundo e com os próximos.

Esta sensorialidade é primeiramente provocada pelo espaço acolhedor das sessões em grupo: a configuração do *setting* também tem, portanto, um papel fundamental nesse processo. Cheirinhos agradáveis no ar ou um óleo essencial compartilhado por todas, flores frescas em centros arredondados cobertos com belos tecidos, ou quem sabe pequenas toalhas de crochê... velas, ambientação musical... alguns centros desses elaborados apenas com elementos como os citados acima,

outros já incorporando, além destes, materiais que serão utilizados pelo grupo: retalhos, tesouras, cola, tintas, pincéis, etc.

De acordo com Freitas (2005, p. 59):

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 grupal, os lugares de reflexão e criação individual, os locais para armazenamento e exposição do material criado. Almofadas, pedaços de fita crepe colados ao chão, luzes acesas ou apagadas, são elementos que ajudam a transformação do espaço físico em um ambiente psicológico.

Daryl Sharp (1991, p. 153), no Léxico Junguiano, define: “*Temenos*”. 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”. 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 utiliza-se este termo para falar do *setting*, espaço-tempo cênico da transformação em grupo, que se opera dentro e fora dos sujeitos, podendo ser acompanhada através das suas produções expressivas.

Este território sagrado onde tudo acontece: o *setting* arteterapêutico, é um fator de extrema importância para a ativação da dimensão vivencial, pois é através do aconchego deste espaço, que as pessoas se envolvem com o que acontece ali.

Segundo Philippini (2011a, p. 40):

O *setting* arteterapêutico como um território criativo, é de suma importância para propiciar a evolução da consciência e o desenvolvimento do processo expressivo. Na medida em que se oferece um continente para as inseguranças e os receios dos participantes, principalmente no início das atividades, quando estes ainda não têm vínculos entre si, tampouco com o facilitador, e na maioria das vezes, não estão familiarizados com as estratégias e os

materiais expressivos, mais possibilidades se têm de efetividade do trabalho arteterapêutico.

Faz-se importante considerar o *setting* como um ambiente onde tudo é possível: o espaço vazio tem uma potência enorme. Nele, pode nada mudar, pode nada acontecer, mas também pode acontecer tudo. Fazer do *setting* um território comum e confortável para os participantes do grupo arteterapêutico pode fazer do processo de autoconhecimento algo extremamente fascinante.

Segundo Souza e Pedon (*apud* PHILIPPINI, 2011a, p. 40), os “territórios nada mais são que espaços imaginados, produzidos pelas vivências daqueles que os habitam, ou daqueles que, de algum modo, partilham experiências nele”. Criar este senso de pertencimento é fazer do grupo uma tribo, capaz de se acolher diante de subjetividades tão diversas e complementares. Isto fortalece os processos subjetivos, à medida que os próprios participantes podem se ajudar.

Segundo Philippini (2011a, p. 73): “A vivência grupal pode renovar nossa relação ancestral com a forma circular, mandálica, cooperando na restauração do senso de integridade, totalidade e inteireza psíquica”. Deste modo, o grupo oportuniza acolhimento e proteção, o que é fundamental para o desenvolvimento do processo de individuação dos sujeitos. Nesse espaço somos nós mesmos diante do outro, podendo nos construir em coletivo.

Hillman (*apud* FREITAS, 2005, p. 57 e 58) sugere, para pensar o espaço-tempo de acolhimento terapêutico – ao qual estamos chamando de *setting* ou *temenos* – 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 a 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. (FREITAS, 2005, p. 57 e 58).

Estamos falando de um espaço-tempo que busca envolver quem dele participa de modo ritualístico e para isso configuramos essa sala, esse espaço, como um cenário de um templo. Segundo Hermann Usener (*apud* ELIADE, 2012, p. 68): “*Templum* exprime o espacial, *Tempus* o temporal. O conjunto desses dois elementos constitui uma imagem circular espaço-temporal”. Eliade (2012, p. 95) explica que “quando é *dessacralizado*, o Tempo cíclico torna-se terrífico: revela-se como um círculo girando indefinidamente sobre si mesmo, repetindo-se até o infinito” [grifos do autor]. Do contrário, o tempo sacralizado é aquele que escoa por entre os dedos, é aquele do qual nem sentimos a passagem. É um tempo subjetivo, cuja percepção depende do nosso envolvimento.

Para Eliade (2012, p. 79), “o homem religioso sente necessidade de mergulhar por vezes nesse tempo sagrado e indestrutível. Para ele, é o Tempo sagrado que torna possível o tempo ordinário, a duração profana em que se desenrola toda a existência humana”. Todos nós, religiosos ou não, precisamos de brechas no tempo, e são os momentos de “brechas” que nos permitem a continuidade da caminhada diária.

Imagine se pudermos converter nossos espaços profanos em espaços sagrados, onde sintamos mais prazer ao realizar nosso trabalho, ao realizar atividades cotidianas. Como podemos tornar nossos espaços e tempos endurecidos em lugares e momentos mais agradáveis, mais aconchegantes? Como podemos sacralizar nossa relação com o nosso tempo e com os nossos espaços?

Segundo Freitas (2005, p. 62):

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.

O tempo prazeroso *Kairós* é também uma metáfora recorrente nos estudos acerca do *setting* arteterapêutico, a figura arquetípica de *Kairós* personifica o momento oportuno, ele é a imagem do tempo presente, deste tempo sagrado no qual as vivências acontecem. Ele se opõe ao tempo Cronos, que se identifica com o tempo profano de que falamos acima, com o tempo ordinário, dos dias, das horas. Segundo Philippini (2011b, p. 38 e 39):

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 "Cronologia" 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.

*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. É um tempo onde o relógio não nos preocupa. É aquele momento em que trabalhamos em silêncio, em que nosso corpo se descontraí, 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).

Segundo Philippini (2011b) é a arte que viabiliza nosso encontro com *Kairós*, pois é no fazer artístico que perdemos a noção das horas. Penso que isso se dá em todo fazer que envolve a dimensão do prazer, onde certamente a arte se situa. A autora defende a criação de espaços-tempos *Kairós* em detrimento dessa correria em que nos encontramos atualmente no mundo. Vivemos com tantos compromissos que aprender a respirar se tornou a maior demanda por mais centros de yoga!

Corremos de um lado para o outro e acabamos muitas vezes por não vivenciar profundamente nada, por não aprender nada de fato, por não estar inteiros em nenhum lugar, afinal, são tantos compromissos que deixamos de olhar para a conjuntura do que vivemos, para a nossa subjetividade e para o que de fato nos importa, para o que realmente precisamos nos voltar, para as relações complexas entre nossa vida e o modelo de sociedade em que vivemos, e como podemos atuar aí.

De acordo com Philippini (2011b, p. 44):

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.

Assim, a autora sugere que comecemos por nós mesmos a cuidar do nosso tempo subjetivo, porque é cuidando de nós, revendo nossas correrias, que poderemos auxiliar o outro, “sejam clientes, alunos e/ou familiares” (*ibidem*) a construir também essa outra realidade, de ter momentos de suspender o tempo profano, de mergulhar na sua subjetividade, de se encontrar nos afazeres que escolhe, e vivê-los de fato. É conhecendo-nos a fundo, que poderemos auxiliar outros nesse caminho.

Essa suspensão no tempo, o tempo *Kairós*, de Héstia, do *Temenos*, do Sagrado, da experiência significadora e significativa, é provocada por uma organização do Tempo profano, pautada no fluxograma descrito ainda no início do artigo. Ou seja, esse tempo sagrado se pauta no tempo profano, tendo começo, meio e fim. Afinal, somos regidos pelo tempo de Cronos. Então, o que faz esse tempo sagrado, dentro de uma organização profana, ser tão especial?

É que estas etapas – começo, meio e fim – são conectadas por um fio condutor ritualístico, que as íntegra através do tema trabalhado naquele momento. O tema é como uma agulha com linha, que costura as etapas do ritual – abertura, desenvolvimento, com a escolha de materiais e técnicas correlatos – finalização, de modo que ao final, exista uma congruência de sentido, uma “colcha de retalhos” imbuída de sentido e que gere a construção de sentido pelos sujeitos participantes.

Em relação a isto que está sendo chamado de “sagrado”, Jung defende que o instinto religioso é um dos instintos presentes na nossa vida mental, mas não se trata da religiosidade como crença na existência de um poder supremo, segundo ele (*apud* BELTRÃO, 2007, p. 45):

A experiência relativa ao inconsciente coletivo assume uma tonalidade religiosa, pois possuímos, instintivamente, um impulso para a realização de algo maior que nós. As religiões se apossaram das necessidades instintivas existentes no inconsciente. Por este motivo, ao nos voltarmos sobre nós mesmos, assumimos este movimento de tonalidade religiosa, o que nada tem a ver com confissão de fé, mas sim com uma experiência legítima, individual e profunda.

Neste sentido, o *setting* arteterapêutico é um espaço que promove a religação com o sagrado enquanto experiência legítima, individual e profunda que alimenta a energia criativa e dá sentido à existência através de rituais arteterapêuticos. Estes rituais geram *vivências*, sendo por vezes denominados assim no senso comum: *vivências arteterapêuticas*, e devolvem o ser ao Tempo sagrado, onde é possível

religar-se consigo, escutar “o senhor do tambor” – o coração, e através das atividades sensorial, plástica, reflexiva, dar sentido às suas experiências.

Tanto este espaço pode assumir o caráter de um lugar seguro para aprofundar questões existenciais deste sujeito e aí provocar enfrentamentos em relação às suas sombras, como pode também ser lugar de repouso da alma, onde ela “toma um frescor” da correria que nos obriga a não olhar para dentro, mas sempre tirar de dentro para fora, num movimento que muitas vezes acaba “secando” esse *self*, esvaziando-o de sua potência criativa, deixando a alma árida e improdutivo, sem a graça, a desenvoltura e a espontaneidade que é a forma natural do ser humano (LOWEN, 1982).

O *setting* geralmente é configurado numa relação com o **tema** abordado no grupo, isto é, muitas vezes, sua ambientação já sugere este tema, por exemplo, durante minha formação, no módulo de Contos e Mitos II, a professora responsável por este módulo, escolheu trabalhar o assunto em questão a partir de mitos africanos. A partir daí todo o cenário do *setting* estava envolvido nesse tema terroso, que remete à África – miçangas, elementos naturais, tecido africano cobrindo os materiais, antes de revela-los; músicas dos orixás, além do estímulo gerador – a contação de um mito de origem africana. Além disso, também o material expressivo a ser trabalhado estava em ressonância com tudo o mais: a argila, a ser adornada com os demais elementos, miçangas, etc. Ou seja, não somente enfeitavam o espaço, mas também eram utilizados na criação expressiva.

Tudo isso, toda esta dinâmica que acontece no *setting*, que envolve as pessoas em um fazer significativo, é chamado em Arteterapia de vivência – “a vivência de que participamos”, “a vivência que fizemos naquele dia”, por exemplo. Vivência arteterapêutica em grupo, portanto, tem estreita conexão com a descrição de



Whitmont (apud FREITAS, 2005, p. 53) de uma “encenação ritualística, isto é, simbólica e delimitada no espaço e no tempo, visando a promover [a emergência de imagens e emoções assim como] sua aceitação, tolerância e assimilação pela personalidade”.

Segundo Freitas (2005, p. 54):

A valorização do ritual é encontrada em Jung (1950/1980), em revisão de uma palestra de 1939, na qual afirma que a regressão psicológica no grupo é inevitável, mas que ela pode ser parcialmente neutralizada pelo ritual, que coloca no centro a experiência de algo sagrado, com que o indivíduo deve estabelecer uma relação de interesse e atenção.

Jung não era muito adepto aos trabalhos terapêuticos em grupo, mas em determinado momento de sua obra “destaca elementos positivos da vivência grupal, afirmando que ela pode conferir ao indivíduo coragem, apoio e dignidade” (ibidem). Durante a formação em Arteterapia na Traços-PE, fomos muito estimuladas ao trabalho coletivo, a nos percebermos como parceiras de uma jornada em comum. Para Angela Philippini, (2011a, p. 147): “A história de um grupo constrói-se a partir das vivências que seus participantes possam compartilhar em determinado território [...]” e é justamente “A dimensão vivencial do grupo arteterapêutico, constituída por suas múltiplas experimentações expressivas, [que] oferece o território e a matriz, para que sejam geradas as Redes”..

Estabelecer Rede Criativas é o principal objetivo do processo arteterapêutico em grupo – a conexão de uma pequena comunidade que estabeleça trocas criativas, que perpetuam esta alimentação do criativo, provocada durante o processo arteterapêutico em grupo, para outros espaços, fora dali. O pertencimento nos conecta com os outros, com a sociedade, conosco mesmos, com a vida, com o universo. É como nos enraizar, no território seguro e sagrado do *setting*, um útero

germinativo, que nos acolhe e alimenta de energia criativa, para podermos disseminá-la para além de nós.

Segundo Freitas (2005, p. 59) “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”. Do mesmo modo, uma sala de aula em um ambiente acolhedor. Para Freitas (*ibidem*):

É interessante observar a relação do grupo com o espaço em que se dão os encontros. Há uma interação dinâmica, caracterizada por exploração, conquista e apropriação. As características espaciais têm uma força estruturante no grupo, na medida em que colaboram com a organização das interações, possibilitando aproximações e afastamentos entre os participantes e deles com o material expressivo e as produções realizadas, a cada momento. Achar o próprio lugar passa a ser um desafio em cada situação vivenciada no grupo.

Isto oportuniza a descoberta da individualidade dentro da coletividade – qual é o meu lugar neste todo?

Pude sentir isso em inúmeros momentos durante minha formação, principalmente ao ser constantemente provocada a trabalhar com pessoas diferentes ao longo do curso. O estímulo das professoras foi fundamental para que isso acontecesse – “agora vocês vão buscar trabalhar com alguém com quem nunca trabalharam em dupla”, como provocou a professora do módulo de dança, por exemplo, já no final do curso. Para Freitas (2015, p. 60), “[...] nas etapas que envolvem tarefas manuais trabalhosas, cansativas e repetitivas, muitas vezes ocorrem importantes *insights grupais* ou aparecem símbolos a serem acolhidos e trabalhados pelo *self grupal*”.

Nesse sentido, Castillejo (*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”.

Jung (*apud* FREITAS, 2005, p. 51) percebia problemas e desafios para o trabalho em grupo que de fato devem ser levados em conta como os “perigos de regressão, contágio ou intoxicação psíquica, criação de dependência mútua, perda de autonomia, massificação e fuga do confronto consigo próprio”. Tudo isso deve ser levado em conta, mas nem por isso, o trabalho em grupo é menos interessante e deve-se deixar de lado. Sim, a relação de grupo corre riscos se não for bem conduzida.

Por outro lado, para Whitmont (*apud* FREITAS, 2005, p. 51) “explorar o inconsciente, em sua manifestação numa experiência grupal, é tão importante quanto experienciá-lo pela introversão através de sonhos ou imaginação ativa”.

Para ele, a atividade em grupo possibilita que o indivíduo se sinta pertencente de algo maior que ele, pode buscar e oferecer apoio mútuo, conviver com diversas personalidades e pontos de vista, vivenciar uma maior diversidade de situações, pode-se trabalhar melhor as projeções, e cria-se mais condições das pessoas desenvolverem entre si relacionamentos genuínos. “Whitmont destaca que o arquétipo do grupo pode ser vivenciado tanto na dimensão que envolve sentir-se pertencendo, quanto na que implica valores e leis” (FREITAS, 2005, p. 51).

Do mesmo modo, no livro “Grupos em Arteterapia”, Angela Philippini (2011a) nos fala sobre a importância do que ela chama de Dimensão Secundária desses grupos, que é justamente a dimensão das normas que regem o fazer coletivo. Ou seja, no trabalho em grupo, em *setting*, aprendo sobre o convívio com o outro, aprendo sobre o coletivo e posso levar essa vivência para o meu viver coletivo em

sociedade. O grupo é uma miniatura do que vivemos fora dele. Por que não ser encarado como uma preparação?!

Então, de fato é importante cuidar para que o grupo não ofusque as individualidades, nem estabeleça uma relação de “muletas” para um ou outro indivíduo, mas que o grupo possa funcionar como um todo, que busca autonomia dentro das relações coletivas, que parte da subjetividade para o fazer com o outro, para a subjetividade do outro. Tecemos “subjetividades coletivas” nesse fazer em grupo, no espaço-tempo que oportuniza nosso encontro, conosco mesmos e com o outro – o *setting* do tempo sagrado e do acolhimento necessário para que o conhecimento nos chegue com prazer.

### **Considerações Finais**

Pensar o espaço como um espaço acolhedor, aprender a ritualizá-lo é olhar para os próprios espaços que ocupamos, fora do setting arteterapêutico, como espaços acolhedores em potencial. Levar esta sabedoria para a vida, significa cuidar melhor dos espaço-tempos onde habitamos, seja a rua, o espaço de trabalho, o espaço doméstico, o espaço interno em nós. Assim, provocamos o acolhimento de nós mesmos e daqueles com quem convivemos em qualquer espaço que frequentamos.

A partir do acolhimento que foi gerado pelos *settings* das aulas da formação da Traços, pudemos vivenciar histórias pessoais e grupais, e um vínculo bonito de se ver foi estabelecido entre nós. Ouvimos histórias, vimos vídeos e imagens, mexemos nosso corpo, nos integramos em coletivo, nos autoconhecemos, conhecemos umas às outras, descobrimos talentos e potenciais pessoais e coletivas, aprendemos sobre os saberes que carregamos em nossas bagagens.

Esse vínculo foi provocado pelo *setting*, no caso da formação, uma sala de aula. E a autonomia desse encontro, em relação à sala de aula também foi provocada, e hoje, mesmo com as dificuldades de tempo, ainda nos encontramos, ainda trocamos coisas que lembramos umas das outras, e tenho certeza de que sempre que nos vemos por aí vai ser como ontem. E nos nossos encontros: um cheirinho, uma vela, flores... numa prova de que o rito está vivo, e de que todo espaço – a sala da nossa casa, uma sala de aula, o espaço urbano, etc. – pode ser um *setting* em potencial.

**Data de recebimento: 29.05.2020**

**Data de aceite 1º parecerista: 15.11.2020**

**Data de aceite 2º parecerista: 03.12.2020**

## Referências

BELTRÃO, Conceição Soares. **A obra alquímica de Clarice Lispector**. Porto Alegre: Espaço Arte-Ciência, 2007.

ELIADE, Mircea. **O Sagrado e o Profano**: a essência das religiões. São Paulo: Martins Fontes, 2012.

FREITAS, Laura Villares de. **Grupos vivenciais sob uma perspectiva junguiana**. Psicologia USP, 2005, 16(3), 45-69.

GADAMER, Hans-Georg. **Verdade e Método I**: traços fundamentais de uma hermenêutica filosófica. Petrópolis: Vozes, 2015.

KAST, Verena. **A alma precisa de tempo**. Petrópolis: Vozes, 2016.

LIEBMANN, Marian. **Exercícios de Arte para Grupos**: um manual de temas, jogos e exercícios. Summus editorial: São Paulo, 2000.

LOWEN, Alexander. **Bioenergética**. São Paulo: Summus, 1982.

PHILIPPINI, Ângela. **Grupos em Arteterapia**: redes criativas para colorir vidas. WAK: Rio de Janeiro, 2011(a).

\_\_\_\_\_. De Cronos até Kairós: a construção de um tempo de criação. In: **Arteterapia**: Revista Imagens da Transformação. Nº 8 – Vol. 08 – Novembro de 2011(b).

SHARP, Daryl. **Léxico Junguiano**: dicionário de termos e conceitos. São Paulo: Cultrix, 1991.

## Resumo

**Símbolos de poder como rituais do adolescer: o espaço arteterapêutico promovendo escuta, diálogo e ressignificações.**

**Dilaina Paula dos Santos<sup>9</sup>**

**Trabalho apresentado no I Congresso Paulista de Arteterapia e IX Fórum AATESP, realizados em 14 e 15.11.19.**

Este trabalho tem como objetivo registrar e compartilhar experiências arteterapêuticas em um grupo de adolescentes. A adolescência como ciclo da vida em que a criança segue seu desenvolvimento rumo à idade adulta, deixando o conforto do ambiente conhecido e vivido por muitos anos, faz emergir neles inúmeras dúvidas, medos, espanto em relação às mudanças ocorridas no corpo, mente e alma da flor que se abre e se transforma. Acresce-se a isso a dificuldade de escolher ser uma pessoa única ou seguir o grupo a que pertence e que nesse momento tem um forte impacto em seus comportamentos e decisões. Durante o processo arteterapêutico os adolescentes colocaram com ênfase uma dúvida: como ser eu mesmo e ainda assim conviver em harmonia com meus pares, aceitando-os e sendo aceitos? A resposta veio com muita clareza num encontro no qual a construção de instrumentos musicais

---

<sup>9</sup> Graduada em Artes Plásticas e Pedagogia; Arteterapeuta e Psicopedagoga clínica e titular pela ABPP; Mestre em Artes pela UNESP; Coordenadora e docente de cursos de Pós-Graduação em Psicopedagogia e em Arteterapia; Diretora gerente da AATESP gestão 2019/2020 Conselheira Científica da Revista da AATESP; Atuação em contexto clínico com crianças, adolescentes e grupo de mulheres; Supervisora de casos clínicos; Palestrante em eventos científicos e entidades educacionais; Autora de livros do livro: Psicopedagogia dos Fantoches: Jogo de imaginar, construir e narrar, editado pela Vetor, e de outros artigos na área; <http://lattes.cnpq.br/0046752029255450>

e a concretização de seus sons em música foi o fio condutor para o contato consigo mesmos e descoberta de suas potencialidades como seres diferenciados. Esses instrumentos surgiram como símbolos de si mesmos, mostrando-lhes suas potencialidades como força condutora pessoal. Foi possível então reconhecer o potencial da arteterapia no trabalho com adolescentes que muitas vezes têm dificuldade em elaborar seus conflitos pelo verbal. Reconhecendo, inclusive, o papel do arteterapeuta com sua escuta e acolhimento sensíveis no reconhecimento das necessidades, na abertura na busca de resposta para essa questão que os incomodava.

## NORMAS DE PUBLICAÇÃO

1. A Revista de Arteterapia da AATESP recebe trabalhos encomendados ou remetidos espontaneamente pelos autores para publicação nas seguintes seções: artigos de pesquisa, artigos de revisão teórica, relatos de experiência, resenhas e resumos de monografias, dissertações e teses.
2. Antes do encaminhamento dos trabalhos para o Conselho Editorial da Revista da AATESP, estes devem ser submetidos à revisão da língua escrita por um profissional habilitado, ficando para o parecerista a responsabilidade pela análise do conteúdo do trabalho.
3. Os artigos situados dentro da categoria “Relato de Experiência” devem ser submetidos por profissionais arteterapeutas ou estudantes de Arteterapia credenciados pelas Associações Regionais de Arteterapia filiadas à UBAAT – [www.ubaat.org](http://www.ubaat.org).
4. Em caso de artigos de profissionais de outras áreas que fizerem uso da Arteterapia em seus trabalhos de pesquisa, estes poderão ser submetidos à nossa apreciação, desde que assinados por um profissional arteterapeuta, co-autor, validando as intervenções arteterapêuticas aplicadas e obedecido o mesmo critério do item anterior em relação ao mesmo.
5. Trabalhos de cunho teórico com o objetivo de contribuir para a expansão dos estudos na área da arteterapia também podem ser apresentados para nossa apreciação, haja vista a importância da relação da arteterapia com outras áreas do conhecimento.
6. Os artigos e relatos de experiência devem conter no máximo 20 páginas, incluindo as referências bibliográficas; as resenhas, 4 páginas; e os resumos de monografias, dissertações e teses, 1 página.
7. O autor deve enviar o trabalho somente para o e-mail [revista@aatesp.com.br](mailto:revista@aatesp.com.br), em extensão “.doc”, com fonte Arial, tamanho 12, formato A4, com margens de 2 cm e espaçamento duplo. As referências devem ser inseridas ao final do texto e as notas de rodapé devem se restringir àquelas efetivamente necessárias.
8. Os artigos devem ser acompanhados de resumos, com até 200 palavras, além de um mínimo de 3 palavras-chave. O título, o resumo e as palavras-chave devem ser apresentados em português e inglês.
9. No envio do trabalho, o autor deve encaminhar arquivo com carta assinada em formato “.jpg” ou “.pdf”, explicitando a intenção de submeter o material para publicação na Revista Arteterapia da AATESP, com cessão dos direitos autorais à Revista.
10. O nome do autor ou quaisquer outros dados identificatórios devem aparecer apenas na página de rosto. O título deve ser repetido isoladamente na primeira página iniciando o texto, seguido do resumo e palavras-chave, conforme instruções do item 6.
11. O autor deve anexar, na página de rosto, seus créditos acadêmicos e profissionais, além do endereço completo, telefone e e-mail para contato.
12. Não deve haver ao longo do texto ou no arquivo do artigo qualquer elemento que possibilite a identificação do(s) autor(es), tais como papel timbrado, rodapé com o nome do autor, dados no menu “Propriedades” do Word.
13. O conteúdo do trabalho é de inteira responsabilidade do autor.



## EXEMPLOS DE REFERÊNCIAS e CITAÇÕES

Os trabalhos devem seguir orientações estabelecidas pela norma NBR-6023 da ABNT, quanto a:

### a) Referências bibliográficas. Exemplos:

#### ◆ Livros

RHYNE, J. **Arte e Gestalt: padrões que convergem**. São Paulo: Summus, 2000. 279p.

#### ◆ Capítulos de livros

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

#### ◆ Dissertações e teses

VALLADARES, A. C. A. **Arteterapia com crianças hospitalizadas**. Ribeirão Preto, 2003. Dissertação (Mestrado em Enfermagem Psiquiátrica) – Escola de Enfermagem de Ribeirão Preto, Universidade de São Paulo.

#### ◆ Artigos de periódicos

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

#### ◆ Trabalho de congresso ou similar (publicado)

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

### b) Citações de autores no decorrer do texto (NBR 10520/2002)

Citações são elementos extraídos de documentos pesquisados e indispensáveis para a fundamentação das ideias desenvolvidas pelo autor. As citações podem ser diretas e indiretas.

A forma de citação adotada pela Revista será o sistema **autor-data**. Neste sistema a indicação da fonte é feita: pelo sobrenome de cada autor ou nome de cada entidade responsável, seguido(s) da data de publicação do documento e da(s) página(s) da citação, no caso **de citação direta**, separados por vírgula e entre parênteses. Exemplos:

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

Ou,

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

#### ◆ Citações diretas com menos de três linhas devem vir entre aspas duplas, no

próprio corpo do texto. Exemplo:

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

- ◆ **Citações diretas com mais de três linhas** devem ser restritas ao mínimo necessário e não exceder 10 linhas. Quando utilizadas devem figurar abaixo do texto, com recuo de 4cm da margem esquerda, com letra 10 e sem aspas. Exemplo: Goswami (2000) explica que:

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

- ◆ **Citações indiretas** devem traduzir com fidelidade o sentido do texto original do texto e geralmente tratam de comentários sobre ideias ou conceitos do autor. São livres de aspas e não precisam de página. Exemplos:

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

**Ou,**

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

- ◆ Não se indica a inserção de notas de rodapé, que devem se restringir ao mínimo necessário. São digitadas dentro das margens ficando separadas do texto por um espaço simples de entrelinhas e por filete de 3 cm a partir da margem esquerda=][