

A ARTE COMO INSTRUMENTO TERAPÊUTICO NA ANÁLISE JUNGUIANA

SANTOS, Maria Eunice Alves dos. **A Arte Como Instrumento Terapêutico na Análise Junguiana.** Psicóloga no consultório de Psicologia Ativamente. Rua Manoel da Nóbrega, 628, Sala 88 – Centro – 09910-720, Diadema, SP, Brazil.

RESUMO

O texto discute o uso da arte como um importante instrumento de trabalho na psicoterapia, e tem como finalidade compreender como surgiu a arte no contexto terapêutico, quais os tipos de arte utilizados e como ocorre o processo na Análise Junguiana. É uma revisão bibliográfica, realizada de forma qualitativa e descritiva, onde foram pesquisados material em torno da temática arte e terapia, tendo a Abordagem Junguiana como referencial teórico e mostra como a utilização da arte no contexto clínico pode ser produtiva, além de prazerosa.

Palavras-chave: Arte. Psicoterapia Analítica. Arteterapia. Análise Junguiana. Instrumento terapêutico.

SANTOS, Maria Eunice Alves dos. **Art as a Therapeutic Instrument in Jungian Analysis.** Psychologist at the Actively Psychology Office. Rua Manoel da Nóbrega, 628, Room 88 – Centro – 09910-720, Diadema, SP, Brazil.

ABSTRACT

The text discusses the use of art as an important work tool in psychotherapy, and aims to understand how art emerged in the therapeutic context, what types of art are used and how the process in Jungian Analysis occurs. It is a bibliographic review, carried out in a qualitative and descriptive way, where material around the theme art and therapy was researched, using the Jungian Approach as a theoretical reference and shows how the use of art in the clinical context can be productive, besides being pleasurable.

Keywords: Art. Analytical Psychotherapy. Art therapy. Jungian analysis. Therapeutic instrument.

1. INTRODUÇÃO

Desde os primórdios da humanidade, a arte sempre esteve presente na vida humana de diversas maneiras e nas mais variadas situações, seja de forma simples ou sofisticada, tímida ou arrastando multidões, jamais perdeu a sua majestade, e continua a reinar como sinônimo de alegria e prazer, e assim segue contando a história de um povo, fazendo parte da sua cultura, através do tempo e do espaço. Com os mais diversos significados e transitando pelos mais variados ambientes, está sempre de alguma forma, a tocar a alma humana, eternizando momentos. Momentos esses, que também fazem parte do contexto clínico, uma vez que, já é vista pelos terapeutas de diferentes abordagens psicológicas, como um valioso instrumento de trabalho, pois sua utilização produz efeitos salutares.

A sua aplicabilidade como instrumento terapêutico é de suma importância para os profissionais da área da psicologia, não só pela busca de novos conhecimentos e técnicas eficazes para uso no atendimento clínico aos seus clientes, mas também, para o desenvolvimento de novas habilidades por parte desses profissionais, resultando em ganhos qualitativos eficazes nos atendimentos, beneficiando não só o analisando, mas, também, a sua família e a comunidade de um modo geral, aonde este está inserido, pois a arte costuma ser bem aceita por todos, por se tratar de um processo lúdico e prazeroso.

O Analista Junguiano faz uso da arte como instrumento terapêutico, à medida que se apropria dessa técnica, seja quando utiliza a arte como terapia, considerando as suas funções curativas, ou quando aplica a arte como psicoterapia, onde se utiliza dos recursos artísticos no processo psicoterápico, pois, ambas tem a capacidade de propiciar o desenvolvimento emocional do sujeito e instigar o seu potencial criativo, além de proporcionar um equilíbrio entre o seu mundo externo e interno, resgatando a sua essência e ressignificando o sentido da vida. Isso posto, em resposta ao problema pesquisado que é, de que forma o analista junguiano pode fazer uso da arte como instrumento de trabalho terapêutico? E, assim poder apresentar como funciona todo esse processo.

Logo, esse trabalho, tem por finalidade compreender a relevância da arte como instrumento terapêutico na análise junguiana, tornando-se um mecanismo valioso para a comunidade acadêmica, ademais apontar como ocorreu o seu surgimento no

contexto terapêutico, quais os tipos de arte que podem ser utilizados na psicoterapia analítica e como funciona o processo na análise junguiana.

O conteúdo elaborado é fruto de uma pesquisa realizada, a partir do levantamento de obras literárias, publicados nos últimos vinte anos e no idioma da língua portuguesa, com pesquisa realizada com livros da biblioteca privada do autor, dissertações e artigos, à base de dados de publicações fundamentadas e sites confiáveis, como o PePSIC e SCIELO, dentre outros, tendo como critérios textos científicos e completos. Trata-se de uma revisão bibliográfica do material e é apresentado de forma qualitativa e descritiva, em torno da temática, arte e terapia, com referencial teórico na análise Junguiana, onde autores como Jung, Reis, Prado, Martins e Machado, dentre outros, dialogam sobre o tema.

Portanto, já no primeiro capítulo intitulado de a arte no contexto terapêutico, a discussão abrange de forma histórica, como ocorreu o seu surgimento nesse cenário, a sua chegada aqui no Brasil e quais foram os seus precursores, no segundo capítulo, são citados quais os tipos de artes que podem ser utilizados na psicoterapia analítica e as suas finalidades, e, por último, este capítulo, é um mergulho no processo terapêutico na abordagem junguiana, tendo a arte como seu instrumento de trabalho.

2. A ARTE NO CONTEXTO TERAPÊUTICO

Desde tempos pré-históricos e com as mais variadas formas de expressões, a humanidade se comunica através da arte, que possibilita não só a elaboração artística, mas, também, a retratação do mundo subjetivo do criador da obra. Por conseguinte, “mesmo antes do século XVIII, os homens já especulavam a respeito da obra de arte, dos motivos e das finalidades da arte”, segundo Ribeiro (2002, p.10).

[...] em hospitais no mundo árabe – criados por volta do século XII e destinados exclusivamente aos loucos –, a música, a dança, os espetáculos e as narrativas de contos fabulosos eram utilizados como forma de intervenção e de cura da alma. Na Europa, durante a Renascença, a retomada de conhecimentos e práticas da Antiguidade e o interesse pela loucura – infiltrado em todas as esferas da vida cultural e na arte em especial –, somaram-se à influência árabe fazendo surgir os primeiros hospitais para insanos, nos quais essa tradição estava presente: as artes, em especial a música, tinham aí virtudes terapêuticas que atuavam na totalidade do ser humano, penetrando-lhe corpo e alma (LIMA; PELBART, 2007, p.4).

Porém, posteriormente, com a classificação da loucura como doença mental, essas pessoas foram rotuladas de incapazes produtivamente e de não se reintegrar socialmente, “foi então que a música e as artes em geral desertaram das práticas terapêuticas, o que coincidiu com a criação dos hospícios organizados em torno do tratamento moral, cujo principal aliado era um trabalho estruturado e bem dirigido” (LIMA; PELBART, 2007, p.4). E, assim, a arte, que até então, era considerada como uma influência salutar, passou a ser vista como algo negativo, capaz de produzir descontrole dos sentidos, gerar as doenças mentais e retornar a perversão.

Mas foi dessa região do silêncio, que se concretizou no internamento, que a loucura pôde, segundo Foucault, conquistar uma linguagem que era sua. O reaparecimento da loucura no domínio da linguagem precedeu qualquer interesse da clínica pela arte, seja como aliada para a construção de uma teoria do funcionamento psíquico, seja como instrumento de procedimentos terapêuticos (LIMA; PELBART, 2007, p.4).

Todavia, com o passar do tempo, a arte começou a despertar o interesse de alguns pesquisadores, cientistas e integrantes do meio artístico, que no final do século XIX, através de estudos na área, começaram a perceber a interseção entre a arte, psiquiatria, psicologia e psicanálise, segundo Vasconcellos e Giglio (2007). No entanto, a sua chegada no ambiente terapêutico, se deu através das bases teóricas trazidas por Freud e Jung no início do século XX, segundo Reis (2014).

[...] Freud (1856-1939) ao analisar algumas obras de arte (por exemplo, o Moisés, de Michelangelo), observou que elas expressavam manifestações inconscientes do artista, considerando-as uma forma de comunicação simbólica, com função catártica. A ideia freudiana de que o inconsciente se expressa por imagens, tais como as originadas no sonho, levou à compreensão das imagens criadas na arte como uma via de acesso privilegiada ao inconsciente, pois elas escapariam mais facilmente da censura do que as palavras. Apesar desse grande achado, o próprio Freud não chegou a utilizar a arte como parte do processo psicoterapêutico (REIS, 2014, p.3).

Dessa forma, a arte adquire respaldo na psicanálise para ser utilizada como importante instrumento terapêutico pelo psicólogo, uma vez que, é considerada uma maneira de expressão simbólica, através da qual o inconsciente se comunica, e se faz conhecer como um meio propulsor de autoconhecimento e ampliação de habilidades que levam ao desenvolvimento do ser, além de estimular a criatividade humana. Contudo, foi Jung (1875-1961), o criador da Psicologia Analítica, o pioneiro a se utilizar da linguagem artística na psicoterapia, ao apresentar a criatividade artística como uma possibilidade comum de estruturação da psique, capaz de proporcionar a arrumação da desordem interna. De sorte que, orientava seus analisandos, a fazerem uso da pintura ou desenho para expressarem livremente, de forma simbólica, seus conteúdos interiores.

Com a sua propensão de criar símbolos, o homem transforma inconscientemente objetos ou formas em símbolos (conferindo-lhes assim enorme importância psicológica) e lhes dá expressão, tanto na religião quanto nas artes visuais. A história interligada religião e da arte, que remonta aos tempos pré-históricos, é o registro deixado por nossos antepassados dos símbolos que tiveram especial significação para eles e que, de alguma forma, os emocionaram. Mesmo hoje em dia, como mostram a pintura e a escultura moderna, continua a existir viva interação entre religião e arte (JUNG, 2016, p.312).

Considerava também, a criatividade artística como algo inerente ao ser humano, com capacidade de trabalhar os conteúdos internos (inconscientes), modificando-os em imagens simbólicas e possíveis de serem analisadas para melhor compreensão do estado do paciente. E, assim, essa modalidade terapêutica foi progredindo paulatinamente e ganhando terreno.

De acordo com Reis (2014), na década de quarenta, a norte-americana, Margaret Naumburg (1890-1983) foi a primeira a sistematizar técnicas psicanalíticas para a arteterapia, com o objetivo de facilitar a projeção dos conflitos inconscientes em representações simbólicas.

O processo de arteterapia se baseia no reconhecimento de que os pensamentos e os sentimentos mais fundamentais do homem, derivados do inconsciente, encontram sua expressão em imagens e não em palavras. As técnicas da arteterapia se baseiam no conhecimento de que cada indivíduo, treinado ou não em arte, tem uma capacidade latente de projetar seus conflitos internos em forma visual (VASCONCELLOS; GIGLIO, 2007, p.2).

A chegada da arteterapia ao Brasil, ocorreu por volta da metade do século XX e aconteceu no contexto psiquiátrico, e influenciada tanto pela abordagem Junguiana quanto psicanalítica, e com dois nomes de peso: Nise da Silveira (1905-1999) e Osório Cesar (1895-1979), psiquiátricos pioneiros no trabalho com pacientes institucionalizados, tendo a arte como instrumento terapêutico, segundo Reis (2014).

Arteterapia é uma prática terapêutica que trabalha com a transdisciplinaridade de vários saberes, como a educação, a saúde e a arte, buscando resgatar a dimensão integral do homem, processos de autoconhecimento e de transformação pessoal (1). Ademais, almeja a produção de imagens; a autonomia criativa; o desenvolvimento da comunicação; a valorização da subjetividade; a liberdade de expressão; o reconciliar de problemas emocionais, bem como a função catártica (2) (VALLADARES; CARVALHO, 2005, p.1).

De acordo com, Vasconcellos e Giglio (2007), Osório César, tendo como referencial teórico Freud, “é considerado o precursor da perspectiva terapêutica da arte no Brasil. Sua prática foi realizada com pacientes internos do Hospital Psiquiátrico do Juqueri e seu primeiro artigo sobre esse tema, datado de 1925, intitula-se: ‘A Arte Primitiva nos Alienados’”.

Quanto ao trabalho da Nise da Silveira, seguidora do referencial teórico junguiano, coordenou trabalhos terapêuticos junto a pacientes psiquiátricos, no setor de Terapia Ocupacional no Centro Psiquiátrico D. Pedro II, no Rio de Janeiro, onde hoje é o Instituto Municipal Nise da Silveira, no qual utilizava junto a seus pacientes, alguns recursos no processo de cura, tais como, a modelagem, o teatro, a dança, a música e a pintura.

[...] Ela rompeu barreiras, trazendo inovações com suas propostas terapêuticas e recebendo notoriedade nacional e internacional, principalmente após manter contato com Jung, que valorizou a importante dimensão de seu trabalho. Esse contato ocorreu quando Nise da Silveira passou a observar um grande número de mandalas entre as produções pictóricas de seus pacientes, enviando correspondência a Jung, em 1954, com o objetivo de obter mais informações sobre tais produções circulares (VASCONCELLOS; GIGLIO, 2007, p. 3,4).

Esse foi apenas o início de uma jornada que a arte teria que percorrer, pois “Embora os psiquiatras Osório César e Nise da Silveira sejam pioneiros no trabalho com terapias expressivas no Brasil, o desenvolvimento da arteterapia e sua sistematização no campo específico da Psicologia se deram posteriormente” (REIS, 2014, p.6).

A partir de então, o uso da arte como instrumento terapêutico foi se desenvolvendo e hoje a sua utilização não se restringe apenas aos consultórios clínicos, mas também, “[...] pode ser vista como uma alternativa a ser aplicada em todos os espaços institucionais que tenham como objetivo a formação humana”, segundo Machado (2017, p.6).

Conforme Hall (2007, p.67), a arte e a terapia têm tudo a ver e se conversam entre si, chegando até a fazer um comparativo entre elas quando diz que “a análise é um processo que não pode ser inteiramente racional; logo, é semelhante em alguns aspectos a outros desempenhos especializados, como a produção de música, arte ou poesia.” Ou seja, é um processo flexivo, sem determinação exata, porém com regulamentos a serem seguidos.

Atualmente a arte é utilizada no âmbito terapêutico como instrumento facilitador no processo psicoterápico, ao permitir que o paciente libere e reorganize expressões do seu inconsciente. Conhecida como arte terapia, é um método, onde se utiliza a arte como criação artística para expressão da subjetividade, sem preocupação estética, onde a finalidade é proporcionar o desenvolvimento pessoal do paciente (MARTINS 2012).

À parte a discussão sobre a qualidade artística ou não dos trabalhos produzidos em arteterapia, o importante para o psicólogo é que a atividade expressiva se torne um instrumento à expressão e à reflexão dos sujeitos. Como atividade terapêutica, o que aqui se pretende não é propriamente fazer arte, mas sim, exercitar a criatividade, proporcionar que no fazer criativo se produzam outros modos de objetivação e de subjetivação (REIS, 2014, p.7).

Portanto, nesse caso, é vedado ao psicólogo, ao fazer uso da arte como instrumento terapêutico, a análise da qualidade da obra criada pelo analisando, mas sim, entendê-la como parte do processo de expressão subjetiva do sujeito, a qual,

possibilita-lhe a descoberta de potenciais desconhecidos, reconstrução de valores e ressignificação da vida.

3. ARTES QUE PODEM SER UTILIZADAS NA PSICOTERAPIA ANALÍTICA

Existem inúmeros tipos de artes que podem ser aplicados no contexto terapêutico. Conforme Martins (2012), a prática clínica em seu processo psicoterápico, tendo a arte como seu instrumento de trabalho, faz uso de diversos mediadores artísticos, pois entende que, assim, as pessoas terão mais possibilidades de explorarem seus sentimentos e se comunicarem.

Os mediadores artísticos são os meios empregados com a finalidade de criação, expressão e comunicação no *setting* arte-terapêutico. Constituem-se pela expressão plástica, musical, dramática, corporal, literária e lúdica. Deles derivam os recursos técnicos artísticos, que são as propostas, e os materiais para a criação. É fundamental na Arte-Terapia refletir sobre os potenciais terapêuticos de cada recurso, indo ao encontro das necessidades dos indivíduos. Na sua aplicação, considera-se as suas características particulares: simbólicas, expressivas e criativas (MARTINS, 2012, p.6).

São diversos os tipos de artes utilizados no processo terapêutico e não importa a forma artística que seja empregada na psicoterapia, seja a literatura, a gravura, a música, a dança, a escultura, a dramaturgia, a pintura, a fotografia ou o desenho, o mais relevante é a sua viabilidade de resultados, ou seja, que o paciente, possa expressar suas impressões, sentimentos/emoções e percepções e se comunicar.

Existem inúmeras técnicas que podem ser usadas pelo psicólogo em um trabalho de arteterapia na linha junguiana, propondo-se atividades específicas ou simplesmente disponibilizando ao indivíduo diferentes materiais à sua escolha (papéis, giz pastel, tintas diversas, aquarela, argila etc.) (REIS, 2014, p.11).

Nesse sentido, o processo Analítico Junguiano é bem flexivo quando se refere ao uso da arte como instrumento terapêutico, pois ele não determinada como que deve ser feito, mais sim, aponta caminhos a seguir, e fica a critério do terapeuta escolher qual a melhor forma de conduzir o trabalho junto a seu analisando, e, também, bem amplo pela variedade de tipos de artes utilizados na psicoterapia, nesse caso, denominada de arteterapia.

A arteterapia usa a atividade artística como instrumento de intervenção profissional para a promoção da saúde e a qualidade de vida, abrangendo hoje as mais diversas linguagens: plástica, sonora, literária, dramática e corporal, a partir de técnicas expressivas como desenho, pintura, modelagem, música, poesia, dramatização e dança (REIS, 2014, p.2).

De acordo com Prado (2013), existem várias modalidades de arteterapia, dentre elas o desenho, a colagem, a pintura, a construção com sucata, a modelagem, a dramatização, a escrita criativa, a contação de história, a musicoterapia, a dança e o clown.

O desenho como técnica utilizada no processo terapêutico, especialmente com crianças, é comum, uma vez que, ainda não possui desenvolvida as habilidades de escrita e idade suficiente para expressar verbalmente seus sentimentos, é a maneira pela qual a criança expressa seus conteúdos internos/inconscientes, sendo, portanto, uma técnica eficaz. Essa técnica permite que a realidade seja interpretada, expressando assim o sentido que se capta nos objetos, revelando o vai além do pensamento, segundo Prado (2013).

Quanto a arte em forma de pintura, é o momento em que o analisando pode expressar as suas emoções e deixar emergir o conteúdo interno da sua psique até então desconhecido, por meio da fluidez da tinta, além de trabalhar a coordenação fina, visomotora e as representações bidimensionais. Para Prado (2013), essa prática deve ser realizada de forma espontânea, sem julgamento crítico ou preocupação com o resultado, pois só assim essa técnica poderá colaborar na expansão da consciência e reestruturação da personalidade, além de ajudar o sujeito a exprimir seus medos, sofrimentos, inseguranças e bloqueios. A pintura, além de ser uma atividade muito prazerosa, a sua contribuição para o desenvolvimento do ser é inquestionável, desde que seja realizada de maneira natural, sem juízo de valor.

Conforme Lima; Pelbart (2007, p.17), “Ao pintar, o indivíduo não somente expressa a si mesmo, mas cria algo novo, produz um símbolo, e essa produção tem efeitos de transformação tanto na realidade psíquica como na realidade compartilhada.” O que se torna algo muito valioso para o processo terapêutico, pois assim, o mesmo, vai promovendo o seu autoconhecimento.

Uma técnica que também difere das anteriores, é a colagem, pois seu processo acontece em quatro etapas: identificação, projeção, transformação e a reconstrução. Essa técnica possibilita um maior contato com o mundo interno, permitindo dessa

forma que a pessoa faça um paralelo com a sua história de vida e assim possa modificá-la, segundo Prado (2013).

A técnica da colagem, é um processo de construção, que envolve o manuseio dos materiais e a eclosão das emoções e que proporciona uma experiência sensorial, além de ser um ato de síntese e análise para o executor, pois instiga a sua capacidade de visualização e criação de um todo, a partir de figuras desconexas e incongruentes, advindas de uma unidade destruída (PRADO, 2013).

É uma atividade que trabalha o tempo todo com a construção de algo novo, a partir de algo desconstruído, remetendo de forma subjetiva a experiência de cisão, prática de rasgamento e reorganização, pois ela permite que algo que um dia foi inteiro e hoje está fragmentado, seja utilizado em uma nova construção, fazendo surgir dali uma nova feição.

Já a modelagem, segundo Prado (2013), tem a finalidade de despir o sujeito daquilo que o impede de expressar seus sentimentos, visto que, através do processo de modelar, o sujeito mostra o contexto no qual está inserido e a forma como enxerga o mundo, sua imaginação e personalidade.

Ainda, de acordo com Prado (2013), o manuseio com a argila possibilita o surgimento de conteúdos guardados no inconsciente, tais como fantasias, sonhos, medos e conflitos, além de ajudar no desenvolvimento de habilidades sociais e o enfrentamento de problemas, pois desenvolve o contato sensorial e a flexibilidade, levando a uma transformação interna, e por conseguinte externa.

Na arte de construir utilizando sucatas, diz respeito ao processo de organização e objetiva estimular a orientação espacial, discriminação e interação de matérias/conteúdos, pois ao lidar com esses materiais externos, também lida de forma significativa com o conteúdo interno, transformando-o, reorganizando-o e dando-lhe novo significando, segundo Prado (2013).

Agora na dramatização, o sujeito tem a possibilidade de desempenhar vários papéis, e ao brincar de faz-de-conta, a pessoa pode ser o que quiser, fazer e estar onde desejar, basta simplesmente usar a imaginação e seguir as regras do jogo.

Nesse processo se desenvolve a empatia, adquire-se compreensão e se desenvolve habilidade dos papéis desempenhados pela sociedade (PRADO 2013).

A escrita criativa, outro método interventivo no processo terapêutico, também citado por Prado (2013), deve ser realizado de forma simples e espontânea, livres de cobranças estéticas ou gramaticais, pois só assim o sujeito vai se sentir à vontade para relatar seus sentimentos e emoções de maneira natural, possibilitando assim a liberação de conteúdo interno de maneira fluídica e sem censura.

Já a música, colabora na diminuição da ansiedade e da tensão oriundos dos momentos estressantes vivenciados. Tem por finalidade, a redução da dor, melhora na qualidade do sono, proporcionando saúde e bem-estar. Ainda sendo uma valiosa maneira de distração e uma forma favorável e simplificada de comunicação (PRADO, 2013).

Conforme Lima e Pelbart (2007, p.4), “As artes, em especial a música, tinham as virtudes terapêuticas que atuavam na totalidade do ser humano, penetrando-lhe corpo e alma”, ou seja, possui efeito curador não só no campo físico, mas também, emocional do ser.

Ao trabalhar com a música, o terapeuta deve se atentar a detalhes importantes, como a escolha do repertório, que deve levar em conta a preferência do analisando, perspicácia auditiva e vontade de participar, o idioma, tempo de intervenção, entre outros fatores, para que possa atender as carências físicas sociais e psicológicas do paciente, conforme Prado (2013).

A autora ainda cita a dança como uma técnica aplicada na arteterapia e relata que a dança enquanto movimento proporciona o acesso em grau profundo a conscientização do próprio ser, refletindo o estado interior do sujeito e a sua personalidade, ao permitir sua expressividade individual e libertação.

Prado (2013), considera que a aquisição de parâmetros motores que promovam a estruturação dos pensamentos e interações da vida emocional do ser, possibilitam-lhe um desenvolvimento favorável. Portanto, esses movimentos e

contatos que se realizam através da dança são de suma importância para o desenvolvimento do ser humano e a formação da sua personalidade.

Contar histórias é também, outro instrumento terapêutico utilizado para promover descontração, relaxamento e equilíbrio, além de proporcionar um estado de bem-estar não só emocional, mas também, físico e socio-intelectual. O contar história, possibilita o desenvolver da empatia, além de desencadear o processo de transferência, nesse caso, muito importante para o desenvolvimento do indivíduo, pois são os representantes das nossas angústias, dos dispositivos globais do funcionamento psicológico e dos nossos desejos, segundo Prado (2013).

Há também, a aplicabilidade de outras técnicas, como as imaginativas, e já bastantes utilizadas pela psicoterapia moderna. Conforme Hall (2007, p.35): “As técnicas imaginativas são representações planejadas para utilizar a imaginação humana [...], a fim de modificar suposições e identidades inadequadas, subjacentes a infelicidade neurótica”. Fazendo uso dessas técnicas imaginativas como representações que possibilitam a exteriorização dos conflitos não manifestos, inconscientes e a alteração de completos.

Outras técnicas imaginativas incluem a produção de imagens hipnoanalíticas, pintura e modelagem de imagens oriundas do inconsciente, uso da areia para construir cenas com pequenas figuras num tabuleiro, psicodrama, imaginação guiada e práticas de meditação em que o livre fluxo das imagens mentais é permitido (HALL, 2007, p.36).

Essas técnicas imaginativas permitem ao terapeuta auxiliar o cliente a enxergar com nitidez sua própria estrutura da personalidade até então desconhecida, porém, causadora de infelicidade, proporcionando-lhe o autoconhecimento e assim possibilitando possíveis mudanças de atitudes, quando necessárias ou desejáveis.

Segundo Machado (2017), tanto o desenho, quanto a pintura, modelagem, sucata, colagem, o origami - arte japonesa de criar figuras por meio de dobras em papel - e até a prática de *mindfulness*, que leva ao relaxamento muscular e a total atenção do ser no ‘aqui-agora’, são utilizados, também como instrumentos terapêuticos.

O arteterapeuta e/ou neuropsicólogo ao escolher uma atividade artística, tais como: desenhar, pintar, colar, rasgar, cortar, inventar, dramatizar dentre

outras, para o seu paciente com transtorno psicológico permite-lhe ressignificar e aprender novas formas de ser e atuar no cotidiano. Pois, ao realizar tais atividades, as habilidades estimuladas deverão ser reproduzidas em outros contextos (MACHADO, 2017, p.7).

Para Olivares, Camargo e Pimentel (2017), apresentam ainda a utilização da performance (forma de se apresentar, realizar uma ação), como uma alternativa para o atendimento psicoterapêutico, pois tem a capacidade de despertar e emocionalmente sacudir o ser humano, além de se apresentar como possibilidade complementar à área terapêutica, através dessa experiência multissensorial.

[...] o uso da performance como alternativa artística transdisciplinar, envolvendo determinadas ações de estímulo sensorial e expressivo que podem, mediante a vivência subjetiva do corpo, impulsionar um processo de autoconhecimento e desenvolvimento pessoal (OLIVARES; CAMARGO; PIMENTEL, 2017, p.1).

Essa forma corporal de se expressar proporciona ao ser humano a libertação de seus sentimentos e emoções, sonhos, pensamentos, medos, entre outros, além de contribuir para a prevenção ou promoção da saúde. Ou seja, essa é mais uma alternativa, dentre tantas outras formas de artes existentes disponíveis para se trabalhar na psicoterapia analítica, cabendo então ao terapeuta escolher as mais apropriadas de acordo com a situação e disponibilizando-as ao analisando para que ele escolha qual o seu meio favorito.

Portanto, conclui-se que, dentre tantas formas de arte e nenhuma com contraindicação, são infinitas as possibilidades de intervenção terapêutica tendo a arte como instrumento. Aqui foram citadas apenas algumas, mas independentemente, de qual seja a forma utilizada, o importante é termos a consciência de que, ao ouvir ou cantar uma música, escrever, sejam versos ou poesias, construir ou desconstruir uma obra, realizar uma pintura, fazer um desenho ou criar um objeto, mesmo que seja não identificado, o sujeito está realizando mais que uma obra artística, pois ao mesmo tempo em que trabalha a parte motora, está imprimindo naquela criação, sua subjetividade, seus sentimentos, sua personalidade, e conseqüentemente, obtendo o efeito curativo não só dos seus sofrimentos físicos, mas principalmente, os da sua alma.

4. O PROCESSO TERAPÊUTICO NA ANÁLISE JINGUIANA

O processo terapêutico junguiano, utilizando a arte como instrumento, desenvolveu-se no Brasil, através do trabalho da médica psiquiátrica, Nise de Silveira, tendo como referência, o próprio Jung, que concebia a existência de dois inconscientes, o pessoal e o coletivo, com conteúdo habituais e universais, criado por instintos e arquétipos, segundo Martins (2012).

Uma camada mais ou menos superficial do inconsciente é indubitavelmente pessoal. Nós a denominamos *inconsciente pessoal*. Este, porém, repousa sobre uma camada mais profunda, que já não tem sua origem em experiências ou aquisições pessoais, sendo inata. Esta camada mais profunda é o que chamamos *inconsciente coletivo* (JUNG, 2016, p.12).

O inconsciente coletivo, trata-se de algo universal, onde abrange todos os conhecimentos, conteúdos e modos de comportamento comum a todos os seres humanos, independentemente de suas culturas, e que faz parte de cada indivíduo. E, são esses conteúdos arquivados tanto no inconsciente pessoal, quanto coletivo, que são trabalhados pelos terapeutas junguianos junto a seus analisandos, através da arte, sua principal aliada, uma ferramenta que lhes permite as exteriorizações dessas questões por meios simbólicos.

O uso da arte como instrumento terapêutico é benéfico em todos os sentidos, pois abrange o sujeito de forma ampla, uma vez que, “as mudanças que ocorrem não se dão apenas no meio exterior, mas também, no interior (afetivo) o que irá acrescentar uma nova visão do entendimento da sua vida e da necessidade de superação das dificuldades do transtorno psicológico” de acordo com Machado (2017, p.7).

Na visão Junguiana, o objetivo principal da arteterapia é apoiar e gerar instrumentos específicos para que a energia psíquica forme símbolos em variadas produções, possibilitando assim ativar a comunicação entre o inconsciente e o consciente no desenvolver de uma sessão com arteterapia, esta atividade preserva este processo na medida em que oferece estes materiais para que o indivíduo sinta se livre para escolher o que quer representar, sendo que este processo tende a facilitar o despertar da criatividade e desbloquear as defesas inconscientes (RODRIGUES; OLIVEIRA; CÂMARA; OLIVEIRA, 2018, p.3).

Ao fazer uso da arte no seu atendimento ao paciente, o terapeuta está proporcionando que esses conteúdos internos sejam reorganizados e expressos em

formas de imagens. Distinguindo-se daí dois tipos de imagens: as imagens do inconsciente pessoal, que são aquelas que representam as experiências vividas e as emoções e as imagens oriundas do inconsciente coletivo, também conhecidas como imagens arquetípicas, segundo Martins (2012).

Conforme Prado (2013), cabe ao analista, desempenhar o papel de estimulador do desenvolvimento do processo criativo, porém sem influenciar a expressão pessoal, promovendo meios materiais que sejam necessários e adequados a realização da prática criativa, além de estimular a participação do paciente na criação, potencializando assim o seu poder criativo.

A psicoterapia Junguiana não é baseada na interpretação dessas imagens criadas durante o processo, mais sim, na importância do ser humano, que do seu jeito, à sua maneira, está dando forma a essas imagens, ao colocar ali, os seus impulsos, desejos e energias, apresentando seus conteúdos inconscientes de forma simbólica, de acordo com Reis (2014).

O que chamamos símbolo é um termo, um nome ou mesmo uma imagem que nos pode ser familiar na vida cotidiana, embora possua conotações especiais além do seu significado evidente e convencional. Implica alguma coisa vaga, desconhecida ou oculta para nós (JUNG, 2016, p.18).

Essas imagens são extremamente importantes no processo terapêutico, pois ao explorar um símbolo, à mente é levada há ter conceitos diferentes dos comumente racionais, pois vai além da compreensão humana e seu poder de comunicação perpassa toda lógica e significado por nós conhecidos.

Para Reis (2014, p.11): “Os símbolos são verdadeiros transformadores de energia psíquica, daí sua importância na arteterapia”. Pois, são vistos não apenas como projeção de conteúdos internos, mas sim instrumentos que possibilitam levar à transformação qualitativa, e conseqüentemente, ao equilíbrio psíquico.

[...] uma palavra ou uma imagem é simbólica, quando implica alguma coisa além do seu significado manifesto e imediato. Esta palavra ou esta imagem tem um aspecto “inconsciente” mais amplo, que nunca é precisamente definido ou inteiramente explicado. E nem podemos ter esperanças de defini-lo ou explicá-lo (JUNG, 2016, p.19).

Quando se trata de símbolos, a sua amplitude em relação a explicações lógicas é imensurável, pois são expressões subjetivas do ser, com significação própria para aquele que os cria, portanto, é impossível se ter uma descrição completamente lógica e exata.

A análise junguiana, utiliza-se ainda de diversas técnicas imaginativas para que o analisando possa tornar consciente, através das imagens/símbolos, alguns conteúdos inconscientes, portanto, desconhecidos, mas na maioria das vezes os causadores de dores e sofrimentos.

Na prática analítica, muitas técnicas imaginativas podem ser usadas para facilitar essa percepção consciente: imaginação guiada, técnicas da *Gestalt*, desenho, trabalho com barro, dança, construção com formas projetivas num tabuleiro de areia, técnicas hipnoanalíticas ou, a mais pura forma, a imaginação ativa (HALL, 2007, p.18,19).

Todavia, para que se tenha um resultado positivo com o uso dessas técnicas e se possa ter um desenvolvimento satisfatório, é fundamental que o analisando tenha uma postura favorável frente a esses conteúdos da psique, que até então eram desconhecidos e que são externados nessas ações.

Uma técnica muito utilizada na arteterapia junguiana é o desenho ou a pintura de mandalas. O termo mandala vem do sânscrito e significa círculo mágico, e designa, figuras geométricas formadas a partir do centro de um círculo ou de um quadrado, configurando um espaço sagrado (REIS, 2014, p.12).

Confecções de mandalas, seja em forma de desenho, pintura, ou configuradas plasticamente ou dançadas, por exemplo, são imagens que possibilitam a expressão do estado psicológico, um meio, pelo qual o analisando pode se expressar, é um símbolo do *self* e tem poder curativo, de acordo com Jung (2014).

Que tais imagens, em certas circunstâncias, tem um efeito terapêutico considerável sobre seus autores é empiricamente comprovado além de ser compreensível, posto que representam não raro, tentativas muito ousadas de ver e reunir opostos aparentemente irreconciliáveis e de vencer divisões que pareciam intransponíveis. A simples tentativa nessa direção costuma ter efeito curativo, no entanto só quando ocorre espontaneamente. Nada se deve esperar de uma repetição artificial ou de uma imitação proposital de tais imagens (JUNG, 2016, p.396).

Essas atividades quando bem-sucedidas fazem com que a individuação, definida por Hall (2007, p.152) como sendo: “A percepção consciente da realidade psicológica única de um indivíduo, incluindo forças e limitações. Leva à experiência

do Si mesmo como centro regulador da psique.” Fazendo com que a processo de individual avance de forma descomplicada, uma vez que, refere-se a uma conversa contínua entre o ego e o *Self*, ou seja, o consciente e o transpessoal.

A individuação, além de ser um processo psíquico que está em constante ampliação, levando a unificação da personalidade, a integração. Conforme Hall (2007, p.26): “constitui um contraponto à ameaça de perda de valor humano num mundo que está excessivamente organizado em bases tecnológicas ou ideológicas”. Isto é, torna-se cada vez mais necessário que fiquemos atentos ao nosso processo de desenvolvimento psicológico, para que não nos percamos, enquanto seres humanos, possuidores de valores essenciais a vida e sua subsistência, em meio a esses fundamentos aí estabelecidos.

Um processo psicanalítico eficaz, com uso de técnicas corretas e uma boa relação terapêutica, poderá possibilitar ao analisando desfrutar do seu intrigante conteúdo da psique e assim se beneficiar, ao desenvolver o seu conhecimento consciente de totalidade (HALL,2007).

Entretanto, para Hall (2007, p.67): “a técnica correta nas mãos da pessoa errada não funcionará, ao passo que a técnica errada nas mãos da pessoa certa funcionará.” Por conseguinte, a eficácia no âmbito clínico não depende inteiramente da perícia técnica, mas sim da relação analista/analisando, à medida que, vê essa relação como sendo fundamental para o processo de transformação.

O objetivo da análise junguiana não é apenas a construção terapêutica de um ego que funciona adequadamente – embora muitos analisandos prefiram parar por aí, pois nesse ponto sente-se um importante alívio da infelicidade neurótica O que leva a maioria das pessoas a recorrer à terapia ou a análise. Mas se o trabalho com o inconsciente for levado além do alívio do sofrimento neurótico, conduzirá de maneira imperceptível à consideração de questões filosóficas, religiosas e éticas em nível muito diferente de sua consideração numa base consciente simplesmente coletiva (HALL, 2007, p.131).

Contudo, a análise junguiana ressalta a importância de não interromper o processo logo no primeiro sinal de melhora, pois o caminho a ser percorrido, após essa fase inicial, costuma conduzir a gratas descobertas e aquisição de novos conhecimentos. Entretanto, não deve ser um processo completamente racional,

rígido, mas sim flexível, porém, com diretrizes a serem respeitadas, possibilitando dessa forma, um campo favorável às transformações psíquicas.

Conforme Machado (2017), a arte não deve ficar apenas restrita ao seu universo, pois não só pode, como deve ser utilizada em diversos locais, desde que tenha como finalidade o desenvolvimento salutar do ser humano e a realização das suas potencialidades criativas.

Destarte, a arteterapia é uma atividade que ao lidar com estratégias lúdicas que irão integrar o homem nas suas diversas dimensões, pode ser vista como uma alternativa a ser aplicada em todos os espaços institucionais que tenham como objetivo a formação humana (MACHADO, 2017, p.6).

Portanto, por toda a sua relevância, aqui já demonstrada, a arte é mais uma opção a ser aplicada nos processos terapêuticos, de forma, tanto preventiva, quanto curativa em ambientes clínicos, hospitalares, educacionais e terapêuticos, de um modo geral.

Para Silva (2004), os signos criados pela humanidade em suas diversas linguagens, como por exemplo: a música, pintura e livros, dentre outras formas de artes, tem o poder de modificar o funcionamento do nosso cérebro, aumentando suas funções psicológicas, promovendo a expansão da memória, da percepção e da atenção. Pois, acredita que a interação do ser com a arte, conduz a novos processos mentais, proporcionando assim, diferentes maneiras de pensar e de enxergar a vida.

Dessa forma, a psiquiátrica Nise da Silveira, utilizava a arte no seu trabalho de terapia ocupacional junto aos seus pacientes institucionalizados e, ao invés de choques elétricos, dava tintas e papéis, no lugar dos psicofármacos e psicocirurgia, argila e madeira e, ao analisar as obras produzidas pelos internos, encontrou na abordagem junguiana o suporte ideal, e o fazia com todo o cuidado e carinho especial, pois via essas produções não eram apenas simples criações artísticas, mas sim, uma ponte que ligava o mundo de delírios ao mundo de realidade de seus criadores.

[...] na Psicologia Junguiana o aporte teórico necessário para olhar aquelas produções de outra forma, instaurando assim uma busca pela leitura das imagens, de conteúdos inconscientes e por vezes arcaicos. É uma nova forma de se relacionar com as produções dos pacientes, de maneira a buscar conjuntamente um viés terapêutico capaz de amenizar o sofrimento e possibilitar um ancoramento na realidade. A obra é vista como um viés

condutor do mundo interno, capaz de simbolizar em imagens os conteúdos inconscientes (THOMAZONI; FONSECA, 2011, p.9,10).

Assim, na Psicoterapia Analítica, a aplicação da arte como instrumento terapêutico, é amplamente utilizada pelo fato de ser uma técnica simples de ser manuseada, além de ser uma ferramenta de trabalho com eficácia comprovada, até o fato de ser bem aceita pelos analisandos, que veem nesse instrumento, um meio lúdico e prazeroso de lidar com suas questões internas, e ao mesmo tempo, algo que lhes possibilita o autoconhecimento, proporcionando o desenvolvimento de suas potencialidades e alívio de suas dores e sofrimentos psíquicos.

5. CONSIDERAÇÕES FINAIS

Como a arte sempre esteve presente na vida humana, e, desde o período pré-histórico, o ser humano já se expressava e demonstra sua maneira de ver o mundo através da dança, pintura, música e desenho, com o passar do tempo, novas categorias artísticas foram surgindo dentro do contexto sociocultural em que o homem estava inserido, permitindo assim, uma diversidade cada vez maior de obras existentes, e com todo o seu potencial, a arte não ficou restrita apenas ao seu universo, mas, foi se expandindo e hoje já faz parte do universo clínico, onde é considerada pelos profissionais da área, como um importante instrumento terapêutico, pois, a sua aplicação como técnica interventiva, proporciona a prevenção e promoção da saúde física e mental do ser, promovendo o seu autoconhecimento, transformação e bem-estar.

No contexto psicoterápico, são inúmeros os tipos de artes utilizados como instrumento terapêutico, dentre eles podemos citar o desenho, a música, a dança, a pintura, a contação de histórias, as artes plásticas, a literatura e a dramaturgia, dentre outros, e nenhum com contraindicação, cabendo apenas ao terapeuta escolher aquele que lhe parecer mais indicado como forma de expressão para determinada situação, todavia, sempre levando em consideração o objetivo a ser alcançado através desse processo criador de símbolos.

A criação artística no ambiente psicoterápico, propicia a expressão por meio de símbolos que contém conteúdo desconhecido ativados do inconsciente, e que uma vez externados, ajuda o sujeito a explorar e entender suas emoções/sentimentos, aliviar suas angústias e desenvolver o seu potencial, aumentando assim, a sua percepção da vida, desbravando caminhos em busca de si mesmo. Portanto, desse encontro da arte com a psicoterapia a relação analista/analizando ganha importância, à medida que, a criação passa a ser o meio para o *insight*, ressignificação e transformação do ser humano, além de ser um processo prazeroso e catártico.

REFERÊNCIAS

HALL, James A. **Jung e a Interpretação dos Sonhos** – Manual de teoria e prática/James A. Hall: Tradução: Álvaro Cabral – 1ª ed. São Paulo: Cultrix, 2007.

JUNG, Carl Gustav. **Memórias, Sonhos e Reflexões**/Carl G. Jung: Tradução: Dora Ferreira da Silva – 30ª ed. Rio de Janeiro: Nova Fronteira, 2016.

JUNG, Carl Gustav. **Os Arquétipos e o Inconsciente Coletivo**/C.G. Jung Obra Completa: Tradução: Maria Luiza Appy, Dora Mariana R. Ferreira da Silva – 11 ed. – Petrópolis, RJ: Vozes, 2014.

JUNG, Carl Gustav. **O Homem e Seus Símbolos**/Concepção e organização de Carl G. Jung: Tradução: Maria Lúcia Pinto – 3 ed. Especial – Rio de Janeiro: Harper Collins Brasil, 2016.

LIMA, Elizabeth Maria de Araújo; PELBART, Peter Pál. **Arte, Clínica e Loucura: Um Território em Mutação.** 2007. Disponível em: https://www.scielo.br/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0104-59702007000300003/ Acesso em: 31 mar. 2021.

MACHADO, Beatriz. **A Neuropsicologia e a arteterapia como reabilitação nos transtornos de ansiedade. Biblioteca Virtual em Saúde Fiocruz,** 2017. Disponível em: https://www.inesul.edu.br/revista/arquivos/arq-idvol_52_1513854801.pdf / Acesso em: 11 abr. 2021.

MARTINS, Daniela de Carvalho e Souza. **Arte-terapia e as potencialidades simbólicas e criativas dos mediadores artísticos,** 2012. Disponível em: https://repositorio.ul.pt/bitstream/10451/10008/2/ULFBA_TES665.pdf / Acesso em: 14 mar. 2021.

OLIVARES, Aíde Esmeralda López; CAMARGO, Giselle Guilhon Antunes; PIMENTEL, Adélma do Socorro Gonçalves, 2017. **A arte e Saúde: performance como intervenção terapêutica.** Disponível em: http://pepsic.bvsalud.org/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S2175-25912017000300006 / Acesso em: 11 abr. 2021.

PRADO, Gabriela Monteiro do Amaral. **A Arteterapia e suas modalidades. Portal Educação,** 2013. Disponível em: <https://www.portaleducacao.com.br/conteudo/artigos/direito/a-arteterapia-e-suas-modalidades/51224> / Acesso em: 31 mar. 2021.

REIS, Alice Casanova. **Arteterapia: A arte como instrumento no trabalho do Psicólogo,** 2014. Disponível em: https://www.scielo.br/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1414-98932014000100011&lng=pt&nrm=iso / Acesso em: 31 mar. 2021.

RIBEIRO, Maria Aparecida Guimarães. **Concepções e Funções da Arte na Arteterapia.** PUC Góias, Biblioteca Digital, 2002. Disponível em: <http://tede2.pucgoias.edu.br:8080/handle/tede/1937> Acesso em: 24 mar. 2021.

RODRIGUES, Hélia Marta Messias; OLIVEIRA, Nívea Maria Lourdes de Oliveira; CÂMARA, Rosiana Correia; OLIVEIRA, Andrea Olímpio de. **Arteterapia, um Importante Recurso Psicoterápico.** ANAIS SIMPAC. 2018. Disponível em: <https://academico.univcosa.com.br/revista/index.php/RevistaSimpac/article/view/1106> / Acesso em: 11 abr. 2021.

SILVA, Sílvia Maria Cintra Martins. **Algumas reflexões sobre a arte e a formação do psicólogo,** 2004. Disponível em: http://pepsic.bvsalud.org/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1414-98932004000400012 / Acesso em: 11 abr. 2021.

THOMAZONI, Andresa Ribeiro; FONSECA, Tania Mara Galli. **Encontros possíveis entre arte, loucura e criação,** 2011. Disponível em: http://pepsic.bvsalud.org/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1679-44272011000200007 / Acesso em: 10 mar. 2021.

VALLADARES, Ana Cláudia Afonso; CARVALHO, Ana Maria Pimenta. **A Arteterapia no Contexto da Hospitalização Pediátrica. O Desenvolvimento da Construção com Sucata Hospitalar,** 2005. Disponível em: https://www.scielo.br/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0103-21002005000100009 / Acesso em: 31 mar. 2021.

VASCONCELLOS, Erika Antunes; GIGLIO, Joel Sales. **Introdução da arte na psicoterapia: enfoque clínico e hospitalar,** 2007. Disponível em: https://www.scielo.br/scielo.php?pid=S0103-166X2007000300009&script=sci_arttext / Acesso em: 31 mar. 2021.