

Artigo original

Ser Arteterapeuta: estar em constante construção

Being an Art Therapist Means being in Constant Construction

Livia Santa Cecilia Moraes⁴

Flora Elisa Fiuza⁵

RESUMO: Esta pesquisa tem como objetivo levantar aspectos relacionados à construção do ser arteterapeuta e como isso pode se manifestar de modo saudável no andamento do processo terapêutico. Norteia-se pela abordagem Winnicottiana e fundamenta-se na Arteterapia por ser uma linguagem expressiva, que emprega técnicas e materiais de arte, como meio de favorecer o processo criativo, promovendo o contato do indivíduo com seus conteúdos internos. Demonstra a importância do vínculo terapêutico ser bem estabelecido, assim como a busca constante do arteterapeuta pelo seu próprio desenvolvimento pessoal e investimento em supervisões que enriquecem e trazem um novo olhar na dinâmica do trabalho. Apresenta a análise de resultados dos atendimentos arteterapêuticos e das supervisões realizadas durante a pesquisa. Constatou-se que o brincar, o lúdico e o holding, favoreceram o campo para a sustentação do vínculo e ajudaram a acessar conteúdos internos que puderam ser ressignificados, através da confiança, respeito e acolhimento. Em conclusão, o suporte de desenvolvimento pessoal, associado às técnicas e ferramentas de arteterapia, juntamente com o apoio das supervisões, foram agentes transformadores na história de vida de cada um.

⁴ Livia Santa Cecília Moraes, Psicóloga -UNITRI/Uberlândia (CRP 04/23079), Master Coach- Condor Blanco/Chile, Arteterapeuta – Alquimy Art/ Uberlândia.

⁵ Flora Elisa Fiuza,

Palavras Chave: Vínculo, Arteterapia, Resignificar, Holding.

ABSTRACT: This research has the purpose aims to raise aspects related to the construction of being an art therapist and how this can manifest in a healthy way in the progress of the therapeutic process. It was based on the Winnicottian approach and is based on art therapy, because it is an expressive language that employs techniques and art materials as a means of favoring the creative process, promoting the contact of the individual with his internal contents. It discusses the importance of the therapeutic link being well established, as well as the constant search of the art therapist for his own personal development and investment in supervisions that enrich and bring a new look at the dynamics of work. Describes the analysis of the results of the consultations and the supervisions carried out during the research. It was observed that the play, the playful and holding, favored the field to support the bond and helped to access internal contents that could be redefined, through trust, respect and acceptance. In conclusion, the personal development support coupled with the techniques and tools of art therapy, together with the support of the supervisions, were transforming agents in the life history of each one.

Keywords: Linkage, Art therapy, Resignify, Holding.

O artigo foi desenvolvido a partir das percepções e reflexões da autora sobre a pesquisa em arteterapia, embora o trabalho tenha sido realizado em dupla. Os atendimentos foram feitos numa ONG, que abriga crianças e adolescentes separados de seus familiares e tem como objetivo oferecer condições de saúde, educação e

moradia aos integrantes até 18 anos de idade, quando já podem ingressar no mercado de trabalho.

A adolescência segundo a Organização Mundial de Saúde – OMS, é um período entre 10 a 19 anos de idade. Caracteriza-se por uma fase de transição entre a infância e vida adulta, com transformações biológicas e alterações na personalidade. Segundo Eisenstein (2005) “... se inicia com as mudanças corporais da puberdade e termina quando o indivíduo consolida seu crescimento e sua personalidade, obtendo progressivamente sua independência econômica, além da integração em seu grupo social” (p.6).

A Arteterapia foi utilizada por ser uma linguagem expressiva que emprega técnicas e materiais de arte como meio de favorecer o processo criativo, promovendo o contato do indivíduo com seus conteúdos internos. Os recursos expressivos que envolvem os processos arteterapêuticos podem ser plásticos, sonoros, corporais ou visuais que auxiliam a manifestação de sentimentos e emoções, que são externalizadas e elaboradas durante o processo. O vínculo do grupo, estabelecido com as arteterapeutas é de fundamental importância nesse processo.

Tendo como objetivo levantar aspectos relacionados a importância da constante construção do ser arteterapeuta, ao longo do desenvolvimento do seu trabalho e como isso pode se manifestar de modo saudável no andamento do processo terapêutico. Para tanto, a fundamentação teórica dessa pesquisa, tem como base os autores: Ciornai, Winnicott e Alessandrini.

É natural que ocorram transferências e contratransferências durante o processo terapêutico, porém é preciso que o arteterapeuta esteja atento e cuidando de seus aspectos internos, assim como buscando suporte em supervisões, para que

suas questões pessoais não interfiram negativamente no estabelecimento do vínculo, bem como no processo arteterapêutico.

Para o atendimento na ONG, após o conhecimento do público adolescente, a sequência de atividades foi preparada com estudos e cuidado, para o primeiro encontro. Mas ao iniciar o processo arteterapêutico, percebeu-se a necessidade de redimensionar as atividades, à medida que o comportamento desafiante dos adolescentes sinalizava, que não eram estas suas necessidades.

Essa reação, foi difícil de assimilar, pois tudo havia sido preparado com estudos, critério e cuidado. O que havia acontecido? O que impediu que as atividades fluíssem? Para encontrar esta resposta, o arteterapeuta precisa abrir seu continente interno, em busca de novos caminhos para o estabelecimento de vínculo. Ou seja, como refere Ciornai (2004):

Uma das coisas mais difíceis de ensinar é a importância de levar um plano no bolso e poder abrir mão dele no “aqui-e-agora” da situação, quer dizer, levar uma proposta, mas, dependendo do que surgir na dinâmica grupal, poder usar outra coisa como tema, deixando de lado a proposta inicial (p.257).

O relato do início do trabalho desenvolvido tem como base a compreensão de como o processo percorrido pelos adolescentes foi importante para demonstrar a necessidade do arteterapeuta estar em constante construção, buscando supervisão e desenvolvimento pessoal que poderão dar suporte ao vínculo terapêutico. As primeiras oficinas foram estruturadas por meio de dinâmicas que tinham como base a vivência de conteúdos internos, através do brincar, visando estabelecer o vínculo entre as arteterapeutas e o grupo, conforme relata Winnicott (1975)

Em outros termos, é a brincadeira que é universal e que é própria da saúde: o brincar facilita o crescimento e, portanto, a saúde; o brincar conduz aos relacionamentos grupais; o brincar pode ser uma forma de comunicação na psicoterapia; finalmente, a psicanálise foi desenvolvida como forma altamente especializada do brincar, a serviço da comunicação consigo mesmo e com os outros(p.63).

Segundo Winnicott, “é no brincar, e talvez apenas no brincar, que a criança ou o adulto fruem na sua liberdade de criação” (1975, p. 79). E o brincar favoreceu o campo de aproximação das arteterapeutas com os adolescentes fortalecendo o vínculo estabelecido.

A importância do brincar é sempre a precariedade do interjogo entre a realidade psíquica pessoal e a experiência de controle de objetos reais. É a precariedade da própria magia, magia que se origina na intimidade, num relacionamento que está sendo descoberto como digno de confiança (WINNICOTT, 1975, p. 71).

Por meio das brincadeiras desenvolvidas nas dinâmicas, foi possível estabelecer um espaço lúdico e criativo, que promoveu a interação entre as arteterapeutas e o grupo. “O processo criativo é o processo de mudança, desenvolvimento e evolução na organização da vida interior” (GHILSELIN, 1952 apud CIORNAI, 2004, p.66). Ambos puderam vivenciar a expressão espontânea dos sentimentos e emoções.

A medida em que os adolescentes puderam externalizar os seus conteúdos internos, o vínculo de confiança foi sendo construído. O Respeito e acolhimento cresceu a cada encontro. “... A escuta interessada do terapeuta é curativa por si só, uma vez que consegue por espelhamento, fazer emergir o interesse da pessoa por si mesma, abrindo espaço para surgirem características que estavam escondidas ou negadas (JULIANO, 1999 apud CIORNAI, p. 208).

Percebe-se a importância do arteterapeuta estar voltado para o que acontece no aqui e agora da relação, de forma não interpretativa e sem julgamentos, fazendo o aporte de seus sentimentos. Esta descoberta refere Ciornai (2004) “na realidade, é uma surpresa para o terapeuta também. Uma surpresa que chega como um presente precioso que, juntos, terapeuta e cliente vão desembrulhando cuidadosamente” (p.220) e vagarosamente.

A partir das discussões, descobertas e sugestões das supervisões, as práticas desenvolvidas seguiram outros caminhos e os adolescentes puderam vivenciar seus conteúdos internos, por meio das atividades propostas. Tendo o suporte do vínculo estabelecido, puderam dar novos significados à suas histórias de vida, apropriando-se de si mesmo de forma saudável.

Para melhor compreensão do processo da pesquisa, será relatado um recorte das oficinas desenvolvidas, com o que foi mais significativo para o processo de construção do vínculo com os adolescentes e, como consequência, sua contribuição para a constante construção do ser arteterapeuta.

As oficinas ocorreram com quatro integrantes entre 10 e 12 anos de idade, sendo três do sexo masculino e uma do sexo feminino. Os adolescentes que foram indicados pela equipe da ONG para o processo arteterapêutico, traziam a queixa de alto nível de agressividade, carência social e afetiva, sentimento de rejeição, dificuldade de concentração e baixo rendimento escolar. Esta ONG onde as atividades foram desenvolvidas traz como diferencial, as casas construídas para abrigar crianças e adolescentes, com mães sociais em cada uma delas.

As oficinas foram estruturadas no método da Oficina Criativa® de Alessandrini (1996), que consiste numa sensibilização prévia que prepara o indivíduo para a atividade principal, cuja função é despertar conteúdos internos, imagens, sentimentos e emoções que receberão uma nova linguagem expressiva. Ao desenvolverem o trabalho plástico, expressam

...a experiência vivida por intermédio de uma linguagem não-verbal. Chamamos essa etapa de expressão livre. Consideramos importante possibilitar-se a livre expressão de seu sentimento e pensamento, utilizando técnicas e materiais artísticos como argila, pintura, desenho, construções de sucata e etc. O sentimento eclode como imagem interna e toma forma (ALLESSANDRINI, 1996, p. 40).

A partir desse momento, o indivíduo passa a elaborar sua expressão artística, trazendo para a consciência, o que foi vivenciado durante o processo de criação. Ao finalizarem suas produções, é importante escreverem sobre o que sentiram, pensaram ou perceberam durante o processo, pois se apropriam melhor da experiência vivida. “... Esse momento é de um valor inestimável, pois cada um trabalha simbolicamente na qualidade do poder ser original, único e criativo, dentro de encontrar recursos para clarear e delinear seu conteúdo pessoal” (ALLESSANDRINI, 1996, p. 41).

Os trabalhos aqui apresentados, foram organizados numa sequência continua de segmentos que estruturam e integram os objetivos das atividades, ressaltando aquelas desenvolvidas com um tapete (Figura 1). Ao buscar o simbolismo do tapete, encontramos em Chevalier & Gheerbrant (2009) que este “resume o simbolismo da morada, com seu caráter sagrado e todos os desejos de felicidade paradisíaca que ele encerra (p.864). Essa atividade lúdica foi muito importante não só para o estabelecimento do vínculo, mas para que os adolescentes se soltassem e pudessem brincar.



(Fig. 1) - O tapete

As atividades com o tapete duraram três encontros e o grupo foi bastante participativo. No primeiro dia, como um cuidado especial, conforme foi relatado, foram levados dois tapetes para que os adolescentes pudessem sentar no chão durante as oficinas de arteterapia. Logo no primeiro encontro, já demonstraram sua alegria e o gosto pelo tapete, pois se enrolavam, brincavam e se divertiam com os mesmos, sem escuta, dispersos, desviando o foco das atividades que haviam sido organizadas para o encontro.

No início, neste primeiro encontro, estavam agitados, resistentes em aceitar limites e regras, necessitando de cuidados especiais e demonstrações de afeto. A

partir destas atitudes, foi possível perceber que precisavam de limites, com firmeza, além de acolhimento e amorosidade.

Com a dificuldade que apareceu neste encontro, foi importante buscar a supervisão. Durante as discussões do caso e na preparação para o desenvolvimento das oficinas, percebeu-se, que fazer atividades com o tapete, poderia ser produtivo, visto que os adolescentes haviam sinalizado o interesse por esse material. Nesse momento, essa percepção surge com estranhamento, pois continuar trabalhando com o tapete, sairia do foco das atividades que haviam sido preparadas.

O aprofundar da discussão, o relato do comportamento dos adolescentes em relação ao tapete, foi tornando claro, que se sentiam acolhidos e aconchegados ao se enrolarem nele. Concluiu-se que seria importante desenvolver atividades cinestésicas. E que o tapete representava o continente que necessitavam naquele momento para que se pudesse criar empatia e estabelecer um bom vínculo com eles.

Atividades cinestésicas, para Luzebrink (1990, p.16) “favorecem a vivência e a expressão de sentimentos através da ação corporal”, para tanto mantivemos o foco primariamente no soltar da energia e da expressão através da ação e movimento corporal, que era o principal no momento.

Os tapetes eram grandes e por seu tom marrom, que é associado a terra, o feminino e a vida uterina, para Chevalier e Geerbrant (2009) e simbolicamente “é um elemento importante na vida pessoal, familiar e tribal” (p.863). Para estes adolescentes com histórias de abandono, brincar nesse tapete seria importante e muito significativo.

A atividade reorganizada com o tapete, se iniciou com uma sensibilização com música de relaxamento e trabalho de respiração. Foi perguntado ao grupo, o que gostariam de fazer com os tapetes e eles disseram que queriam se enrolar neles.

Cada um teve dois minutos para brincar livremente. Após esse momento, foi pedido que cada um ficasse em posição fetal, deitado no chão, para cobri-los com o tapete, e depois as mãos foram colocadas por cima, como se apalpassem uma “barriga”. A reação foi de quietude. Quando o tempo previsto estava quase acabando, foi pedido que se mexessem devagar até saírem do tapete, simbolizando um nascimento.

Depois reunimos, próximos uns dos outros ainda em posição fetal, o tapete foi colocado novamente em cima deles e foi pedido que se movimentassem como tivessem vontade.

Com a brincadeira do tapete, no processo arteterapêutico, pudemos conforme refere Ciornai (2004) “... levantar muitas maneiras de pensar aquele paciente, de ver como ele traz suas crenças e fantasias por meio da arte, que objetos simbólicos utiliza para expressar seus conteúdos e sua história, e assim por diante” (p. 253). Os adolescentes demonstraram a necessidade de serem acolhidos e amparados em suas diversas carências, para que tivessem um continente capaz de suportar toda desestrutura e desordem que traziam através de suas histórias de vida.

No outro encontro foram feitos túneis com os tapetes, com a ajuda de todos os participantes. Cada um passava individualmente por dentro dele. Enquanto eles passavam, era contada a história de uma sementinha que precisava soltar a casca para poder nascer. Quando chegavam ao final do túnel celebrávamos o nascimento simbólico de cada um. “O meio artístico serve ... como um facilitador passivo da ação cinética” (LUZEBRINK, 1990, p.16).

Foi solicitado ainda que representassem, no papel, seus sentimentos durante a atividade. Para isso foi disponibilizado giz de cera, cola colorida, caneta hidrocor. Após concluírem, puderam conversar sobre os sentimentos e sensações que tiveram dentro e fora do tapete. “Vivenciar o conteúdo facilita a compreensão, o

reconhecimento e a tomada de posse, portanto a possibilidade de transformação” (NOGUEIRA, 2004, p. 219). O encontro foi encerrado com o grito de guerra do grupo, escolhido por eles: Amizade.

Os adolescentes gostaram muito das práticas realizadas com o tapete, relatando sensações agradáveis de bem-estar, conforto e gratidão. A partir desse momento, foi possível estabelecer um vínculo saudável com eles.

A expressão plástica, o “fazer” favorece o contato, aguça a percepção, abre canais para expressar e dar forma a algo que está lá, disforme, tornando mais nítidas figuras nubladas ou pouco perceptíveis” (NOGUEIRA apud Ciornai, 2004, p. 220). Acrescentando ainda, segundo os autores, que nesse fazer os adolescentes ao se mostrarem, se desvelarem, puderam se conhecer, se reconhecer e se surpreender.

Por meio do vínculo adquirido e das atividades que envolveram o tapete, do símbolo que apoiou o decorrer dessa parte do processo, foi possível perceber o desenvolvimento emocional, assim como o envolvimento deles nas atividades propostas, demonstrando saltos qualitativos. O tapete, como foi possível observar, pôde ressignificar momentos de vida dos adolescentes.

Para o arteterapeuta, é de fundamental importância perceber o valor do vínculo terapêutico. Que precisa ser bem estruturado e alimentado por ambas as partes, pois favorece o campo para que grandes transformações internas ocorram, possibilitando a ressignificação de momentos desafiantes, assim como aspectos sombrios da personalidade. Quando o arteterapeuta se coloca de forma presente na relação e está atento aos sinais que surgem durante o processo, pode dar melhor sustentação ao vínculo, para que mudanças possam ocorrer de forma saudável.

Durante esse processo, ressalta-se a necessidade da ressignificação da atuação profissional, conforme traz Ciornai (2004),

no ajustamento criativo, a pessoa adapta suas necessidades às condições e recursos do meio, de forma criativa, produtiva e bem sucedida. Isso exige bom contato consigo mesmo e com o ambiente. Exige leveza, despreendimento, flexibilidade interna, imaginação e atitude positiva diante da vida” (p.222).

Foi preciso, para o arteterapeuta flexibilizar um novo olhar e a maneira de agir diante da necessidade do grupo. As questões trazidas pelos adolescentes, confrontou aspectos da personalidade do arteterapeuta, questões pessoais, a serem trabalhados na terapia pessoal.

No início do trabalho desenvolvido, foi necessário suporte para que a relação terapêutica pudesse acontecer, “... também na supervisão isso é importante para que o terapeuta possa crescer”. (CIORNAI, 2004, p. 245). Os relatos dos atendimentos arteterapêuticos levados para a supervisão, receberam um redirecionamento, que norteou o caminho a ser trilhado e construído.

Todos os recursos, supervisões, cursos e terapias que o arteterapeuta possa buscar ao longo do seu desenvolvimento pessoal, irão enriquecer seu mundo interno e dar melhor sustentação ao seu desempenho profissional. Com isso poderá ser para o grupo e para si mesmo o continente que precisa ser, nomeado por Winnicott (1991) como *holding*, traduzindo como “segurar”, “sustentar” ou mesmo “...‘fornecer um holding’, conforme as necessidades do contexto” (p. 5).

Esta frase de Winnicott,

Minha tese é que, na terapia, tentamos imitar o processo natural que caracteriza o comportamento de qualquer mãe em relação ao seu bebê. Se a tese estiver correta, deduz-se que é o par mãe-bebê que pode nos ensinar os princípios básicos sobre os quais deve fundar-se nosso trabalho terapêutico, quando estivermos tratando de crianças, cuja primeira relação com a mãe, não foi “suficientemente boa” ou interrompida (1993, p.28).

fundamenta tanto a associação inconsciente que os adolescentes trouxeram em relação ao simbolismo da mãe, quanto a relação da brincadeira no tapete e o próprio

desenvolvimento do processo. Sendo norteadora para o desenvolvimento do processo arteterapêutico do grupo, bem como o do profissional.

Quanto mais o arteterapeuta amplia seu continente interno em busca de seu próprio desenvolvimento pessoal, mais chance, tem de oferecer um campo que promova grandes transformações durante o processo terapêutico.

Acredito ser importante colocar que esta pesquisa, mobilizou profundo autoconhecimento e grande contato com a minha essência feminina e função materna. Mostrou a importância do arteterapeuta estar em constante busca de seu desenvolvimento pessoal, para poder flexibilizar novos olhares e formas de caminhar, assim como ser o continente facilitador de transformações e ressignificações, dos momentos desafiantes das histórias de vida do cliente.

O apoio da supervisão teve papel fundamental na dinâmica do trabalho para que esse pudesse fluir e promover saltos qualitativos na dinâmica do grupo. No decorrer da pesquisa, fui me construindo por meio de um novo olhar para as necessidades dos adolescentes, que me ajudaram a quebrar crenças e paradigmas internos, fundamentais na estruturação do vínculo com eles e com o trabalho realizado.

Finalizo esta reflexão, trazendo o olhar para a importância do estabelecimento saudável e gradativo do vínculo na relação terapêutica. Porque a partir dele, um novo caminho é percorrido, tanto para o arteterapeuta, quanto para o cliente que se disponibilizam a transformações e ressignificações internas.

Data de recebimento: 24.08.2018

Data de aceite 1º parecerista: 09.12.2018

Data de aceite 2º parecerista: 17.11.2018

Referências Bibliográficas

ALLESSANDRINI, C. D. **Oficina criativa e psicopedagogia**. São Paulo: Casa do Psicólogo, 1996.

CIORNAI, S. **Percursos em Arteterapia**. Vol.62. São Paulo: Summus, 2004.

CHEVALIER, J. & GHEERBRANT, A. **Dicionário dos símbolos**. Rio de Janeiro: José Olympio, 2009.

EISENSTEIN, E. **Adolescência; definições, conceitos e critérios**. *Adolescência e Saúde*. 2005;2(2):6-7. www.adolescenciaesaude.com. Acesso em 21/03/2018.

LUSEBRINK, V.B. **Imagery and visual expression in therapy**. New York: Plenum Press, 1990. Cap. 2: Figuras e Processamento de Informações (Tradução de Miriam Paula Stahal). Cap. 5: Níveis de Expressão e abordagem dos sistemas na terapia. Cap. 6: Conexões e Desconexões entre os Níveis de Representação e Expressão (Tradução de Miriam Paula Stahal).

NOGUEIRA, C. R. **Recursos Artísticos em psicoterapia**. In: *Percursos em Arteterapia*. Selma Ciornai, (Org.) São Paulo: Summus, 2004.

WINNICOTT, D W. **O brincar e a realidade**. Rio de Janeiro: Imago, 1975.

___ **O ambiente e os processos de maturação**. Porto Alegre. Artes Médicas, 1982.

___ **Holding e interpretação**. São Paulo. Martins Fontes. 1991.

___ **O relacionamento inicial entre uma mãe e o seu bebê**. 1960. In: Winnicott D. W. **A família e o desenvolvimento individual** (M.B. Cipolla: trad. pp 21-28) São Paulo. Martins Fontes, 1993.