

ARTIGO CIENTÍFICO ORIGINAL**Diálogos com as expressões simbólicas no processo de individuação**
Dialogues with symbolic expressions in the individuation processJéssica Valéria Alves Bezerra¹

Resumo: O objetivo geral do presente artigo é apresentar estágios da psique contextualizados à luz da Psicologia Analítica de Carl G. Jung (2017), evidenciando as contribuições da arte para o processo de individuação da analisanda. Os procedimentos metodológicos adotados incluem a apresentação de uma revisão de literatura narrativa e de um estudo de caso, realizado a partir das experiências da analisanda JB. A análise dos dados é crítica de conteúdo e a abordagem do problema é qualitativa. Os principais resultados obtidos foram no sentido de demonstrar como os recursos artísticos se mostraram importantes canais de livre expressão da analisanda, tendo-se, também, destacado a possibilidade de acessar conteúdos alheios a sua consciência a partir desta experiência. Por meio deste estudo, tornou-se evidente o valor da arte como uma ferramenta terapêutica no processo de individuação, permitindo que a analisanda explore aspectos mais profundos de sua psique e encontre sua própria identidade. A arte ofereceu um espaço seguro para a livre expressão de emoções, pensamentos e experiências, proporcionando uma jornada de autodescoberta e autoconhecimento. Dessa forma, o estudo contribui para a compreensão da importância da arte na psicoterapia e na expansão da consciência, mostrando como ela pode ser uma ponte para acessar conteúdos inconscientes e promover o crescimento pessoal. Ao reconhecer o potencial da arte como um instrumento de transformação e cura, os profissionais da área da saúde mental podem integrar essa abordagem em suas práticas terapêuticas, enriquecendo o processo de individuação e proporcionando aos pacientes uma jornada de autodescoberta e crescimento emocional.

Palavras-chave: Arteterapia; consciência; estágios da psique; Psicologia Analítica.

Abstract: The overall objective of this article is to present stages of the psyche contextualized in the light of Carl G. Jung's analytical psychology (2017), highlighting the contributions of art to the process of individuation of the analysand. The methodological procedures adopted include the presentation of a narrative literature review and a case study, based on the experiences of the analysand JB. The data analysis is critical in content, and the problem is approached qualitatively. The main results obtained demonstrate how artistic resources proved to be important channels of free expression for the analysand, also

¹ Graduação em Educação Artística - Música. Universidade Federal do Rio Grande do Norte, UFRN (2004-2008); pós-graduação em Psicopedagogia Institucional e Clínica (2015-2017); especialização Lato Sensu em Arteterapia (2020-2022). Lattes: <http://lattes.cnpq.br/8015935617146828>; e-mail: jbez.z@gmail.com.

highlighting the possibility of accessing contents beyond her consciousness through this experience. Through this study, the value of art as a therapeutic tool in the process of individuation became evident, allowing the analysand to explore deeper aspects of her psyche and find her own identity. Art provided a safe space for the free expression of emotions, thoughts, and experiences, offering a journey of self-discovery and self-awareness. In this way, the study contributes to the understanding of the importance of art in psychotherapy and the expansion of consciousness, showing how it can serve as a bridge to access unconscious contents and promote personal growth. By recognizing the potential of art as an instrument of transformation and healing, mental health professionals can integrate this approach into their therapeutic practices, enriching the process of individuation and providing patients with a journey of self-discovery and emotional growth.

Keywords: Art Therapy; conscience; stages of the psyche; analytical psychology.

Introdução

O processo de individuação ocorre na mente consciente e, embora não se possa afirmar quando se inicia precisamente, de acordo com Jung (2014) esse processo ocorre na segunda metade da vida (KAST, 2019). Para observar esse desenvolvimento humano do sujeito e/ou analisá-lo com mais especificidade, pode-se fazer uso da arte tal como Jung (2002) postulava. Entretanto, boa parte das pessoas sequer conhece a importância de individuar-se ou já ouviu falar acerca de Carl Gustav Jung (1875-1962²) e da Psicologia Analítica³. O fato é que a maioria das pessoas vive a vida com uma consciência mínima do Eu e do Si mesmo, e tem aspectos de suas vidas fragmentados, dissociados, vivendo às margens de sua potencialidade criativa. É preciso difundir o entendimento de que o processo de individuação, conforme Kast (2019), não é apenas um processo de integração, mas também de delimitação, de ganho crescente de autonomia e liberdade.

Diante disto, propõe-se o seguinte problema de pesquisa para o presente artigo: em que medida a arte pode contribuir para o processo de individuação de uma pessoa a partir da análise dos estágios da psique contextualizados à luz da Psicologia Analítica de Carl G.

² Carl Gustav Jung foi um proeminente psiquiatra suíço, fundador da Psicologia Analítica. Nascido em 1875, em Kesswil, na Suíça, ele se destacou por suas contribuições para o campo da Psicologia, incluindo a exploração do inconsciente coletivo, arquétipos e o processo de individuação. Após uma parceria com Sigmund Freud, Jung desenvolveu sua própria abordagem terapêutica, enfatizando o autoconhecimento e a integração dos aspectos inconscientes da personalidade. Sua obra influenciou amplamente as áreas de Psicologia, Filosofia, Religião e Antropologia. Jung faleceu em 1961, mas seu legado continua a ser estudado e debatido em todo o mundo (JUNG, 2017).

³ A Psicologia Analítica é uma abordagem psicológica desenvolvida por Carl Gustav Jung, que se concentra na exploração do inconsciente, incluindo o inconsciente coletivo e os arquétipos. Essa perspectiva busca compreender a natureza complexa da psique humana, considerando não apenas aspectos individuais, mas também elementos universais compartilhados pela humanidade ao longo da história. A Psicologia Analítica enfatiza o processo de individuação, que busca a integração dos aspectos inconscientes da personalidade para alcançar o autoconhecimento e o desenvolvimento pessoal. Além disso, a abordagem valoriza a interpretação simbólica e a exploração dos sonhos, mitos e imagens como recursos importantes para a compreensão do psiquismo humano (JUNG, 2017).

Jung?

Assim, propõe-se como objetivo geral para este artigo, com base em um estudo de caso, apresentar estágios da psique por meio da Psicologia Analítica de Carl G. Jung (2002; 2017), evidenciando as contribuições da arte para o processo de individuação da analisanda.

Os conceitos expostos nesta pesquisa são considerados pilares de suas teorias e foram trabalhados ao longo de dois anos do curso em Arteterapia junguiana frequentado pela analisanda. A maioria dos relatos e materiais aqui expostos foi coletada a partir de suas vivências entre o período em que cursou a pós-graduação em Arteterapia, de outubro de 2020 a setembro de 2022. São experiências cuidadosamente selecionadas de sua vida, que contemplam alguns de seus poemas, sonhos, desenhos e também de suas pinturas, cuja abordagem tem como principal objetivo trazer reflexões e diálogos acerca do seu processo de individuação e da ampliação de sua consciência.

O poema, primeiro material utilizado para análise, entretanto, é anterior ao curso e foi escrito em 2007, tendo sido posto em estudo por sinalizar para a analisanda um claro chamado à individuação, mostrando-se relevante diante do problema que se propôs investigar.

Já os objetivos específicos que norteiam o presente trabalho são os seguintes: observar a trajetória de vivências de uma determinada pessoa (no caso, da analisanda JB) que possibilite a análise de suas expressões artísticas plasmadas em materiais concretos (sejam originadas do estado onírico ou vigília), e que manifestem conteúdos desconhecidos da psique, especialmente o desenvolvimento de sua individuação sob a visão da psicologia junguiana; abordar a importância dos sonhos para o entendimento dos conteúdos inconscientes presentes na psique da pessoa analisada que indicam, possivelmente, o direcionamento das suas atitudes passadas, atuais e futuras; dialogar com os materiais utilizados pela analisanda e com as suas expressões artísticas, como poemas, desenhos, pinturas etc., buscando trazer à luz parte do seu desenvolvimento pessoal e profissional e o vislumbre do contato com os aspectos mais profundos e desconhecidos de seu ser.

Os procedimentos metodológicos adotados incluem a apresentação de uma revisão de literatura narrativa e de um estudo de caso, realizado a partir das experiências da analisanda JB. A análise dos dados é crítica de conteúdo (BARDIN, 2011), e a abordagem do problema é qualitativa (MINAYO, 2010).

O presente trabalho foi organizado em seções para facilitar a abordagem da temática. A primeira parte versa sobre a fundamentação teórica e são apresentados alguns dos principais pilares conceituais da Psicologia junguiana. A segunda parte apresenta expressões simbólicas da analisanda (desenhos e esculturas), e seus respectivos diálogos em torno do material exposto. Por último, são mostradas as conclusões desta autora a

respeito de todo o levantamento feito das vivências e expressões artísticas da analisanda, somando-se às possíveis observações com relação ao seu desenvolvimento psíquico.

Procedimentos metodológicos

O artigo recorreu a duas metodologias: teórico-conceitual e estudo de caso de uma mulher com 51 anos de idade (analisanda JB), brasileira, professora de Artes em escola pública. A primeira metodologia consiste na realização de uma revisão de literatura narrativa, na qual se fez uso do método analítico de crítica de conteúdo, seguindo protocolo de Bardin (2011). As fontes adotadas para esta primeira parte foram artigos científicos, livros, dissertações e teses publicadas entre os anos de 2010 e 2023, com exceção de Andrade (2000), Bíblia Sagrada (1997), Boff (1998) e Jung (1994; 2002), por serem considerados clássicos sobre a tratativa das questões aqui pontuadas. A abordagem do problema é qualitativa.

Já a segunda metodologia versa sobre um estudo de caso da analisanda JB, analisando as potencialidades simbólicas e criativas dos materiais utilizados por ela em seu processo de individuação durante o período em que cursou a pós-graduação em Arteterapia, ou seja, de 2020 a 2022, exceto o primeiro material, que data de 30 de julho de 2007, faz-se necessário esclarecer que, por esta data, a analisanda contava com 36 anos. Contudo, ela não frequentava terapia nesta época, e seu poema, o primeiro trabalho apresentado neste artigo, foi posto em análise por ser achado pertinente ao que ela estava vivendo na época em que estava cursando Arteterapia e à proposta desta pesquisa. Assim, a análise do poema foi pensada como uma forma de compreender elementos da evolução da analisanda que comprovassem seu autoconhecimento/ampliação de sua consciência, dentro de um processo que já se estendia há cerca de 16 anos, mesmo inconscientemente. A apresentação dos produtos artísticos, sonhos e relatos no presente artigo foi autorizada pela analisanda.

O *Self* ou Si mesmo

Na psicologia junguiana, o *Self* é descrito como o arquétipo da totalidade e o centro regulador da psique. É um poder transpessoal, que transcende o ego e expressa a unidade da personalidade com o todo (JUNG, 1994). Jung, em seus escritos, descreveu que “o Si mesmo não é apenas o ponto central, mas também a circunferência que engloba tanto a consciência como o inconsciente” (JUNG, 1994). Para Jung (1994), o *Self* é o centro dessa totalidade, do mesmo modo que o “ego” é o centro da consciência. Em relação ao “Ego”, o autor o explicou como sendo um fator com o qual todos os conteúdos conscientes se relacionam, constituindo o centro do campo de consciência, ou seja, é o sujeito de todos os atos da consciência que está subordinado ao *Self* ou Si mesmo.

De acordo com Krempel (2022), o conceito de *Self* revela sua transcendentalidade, posto que abarca tanto o inconsciente como o consciente, na medida em que abrange tudo aquilo que pode ou não ser experienciado pelos seres humanos. Resumindo, o *Self* ou Si mesmo é o núcleo mais profundo da psique, e não pode ser captado em sua totalidade. Jung (1994) o equipara ao arquétipo do “Deus-homem interior”. Segundo ele, Deus é um conceito, uma ideia dotada de extremo valor psicológico, que existe dentro de cada um de nós, e faz referência à imagem psíquica da totalidade transcendente dos seres humanos.

Krempel (2022) afirmou que as experiências do *Self* possuem característica própria das revelações religiosas, e que essa era a razão pela qual Jung (2002) acreditava que havia semelhança entre o *Self*, enquanto realidade experimental e psicológica, e o conceito tradicional de uma divindade superior, ou mesmo de um Deus interior.

Em carta para uma tal senhorita Helène Kiener, datada de 15 de junho de 1955, Jung esclareceu a analogia entre o Si mesmo e Deus:

“Si mesmo” é algo que podemos verificar psicologicamente. Nós experimentamos “símbolos do Si mesmo”, que não se deixam distinguir dos “símbolos de Deus”. Não posso provar que o Si mesmo e Deus sejam idênticos, mesmo que na prática pareçam idênticos. Naturalmente, a individuação é em última análise um processo religioso que exige uma atitude religiosa correspondente – a vontade do eu submeter-se à vontade de Deus. Para não provocar mal-entendidos desnecessários, digo “Si mesmo” em vez de Deus. Empiricamente também é mais exato. (JUNG, 2002, p. 432)

Krempel (2022) também argumentou que o *Self*, por sua natureza arquetípica, é incognoscível, mas assegura que suas manifestações se dão a conhecer em mitos e lendas. Segundo o autor, o *Self* se apresenta em sonhos, mitos e contos de fadas muitas vezes como uma figura de rei ou herói, profeta ou salvador ou ainda sob a forma de um símbolo da totalidade, como o círculo, o quadrado, a quadratura círculo, a cruz, entre outros. Expõe ainda Krempel (2022) que, mesmo sendo representada por formas de um homem ou de uma mulher, de alguém mais jovem ou mais velho, a personificação do *Self* não está inteiramente contida no tempo, e o fato de manifestar-se sob roupagens de várias idades mostra que “Ele” não só nos acompanha por toda nossa vida, como também subsiste além do fluxo da vida de que temos consciência, sendo proveniente de uma dimensão atemporal.

Outro argumento defendido por Krempel (2022) foi a forma pela qual o *Self* se manifesta sugerindo onipotência. Conforme o autor, o *Self* pode se manifestar como um ser humano gigantesco e simbólico, que envolve e contém o cosmo inteiro. Nesse caso, quando uma imagem como esta surge nos sonhos de uma pessoa, pode se ter a esperança de uma solução criadora para o seu conflito, porque o aparecimento dessa imagem demonstra que o centro psíquico vital está ativado e é capaz de vencer suas dificuldades, pois todo o ser encontra-se em uma unidade. Outro apontamento sobre o *Self* ou Si mesmo, que Krempel

(2022) escreveu e se faz relevante expor, é a concepção de que quando uma pessoa segue as instruções do seu interior, sua vida tende a ser mais criativa.

Tomando tais apontamentos baseando-se em Hall (2020), tem-se que, ao longo da vida, o Si mesmo exerce uma pressão contínua sobre o ego, tanto para que enfrente a realidade, como para que participe do processo de individuação. Conforme o autor, o *Self* faz isso com ou sem o consentimento voluntário do ego, mas as compensações contra o ego relutante (pesadelos, acidentes, sintomas físicos etc.) costumam ser mais severas do que a relação complementar do inconsciente com um ego que está se esforçando ao máximo para participar conscientemente do processo de individuação.

O processo de individuação

Kast (2019, p. 13) descreveu o processo de individuação como “tornar-nos os seres humanos que realmente somos”. Para a autora, o processo de individuação é um processo de diferenciação em que a especificidade de cada ser humano, sua peculiaridade, deve ganhar expressão (KAST, 2021). Ela ainda afirma que:

Faz parte essencial desse processo, aceitar a Si mesmo, junto com todas as possibilidades implícitas, mas também todas as dificuldades – sendo que são precisamente as dificuldades um elemento essencial, elas perfazem em grande medida nosso modo de ser próprio. Aceitar a Si mesmo, junto com as possibilidades e dificuldades, é uma virtude fundamental que busca realização no processo de individuação. (KAST, 2019, p. 13)

De acordo com Stein (2017), o processo de individuação tem o seu início pelo conhecimento de Si mesmo, podendo ser contemplado como um processo dinâmico e permanente. Trata-se, a seu ver, de uma jornada que cada indivíduo percorre para tornar-se ele mesmo, inteiro, indivisível e distinto.

Para Hall (2020), a individuação é um processo pelo qual uma pessoa real tenta conscientemente e deliberadamente compreender e desenvolver as potencialidades individuais inatas de sua psique. Esse processo consiste na tentativa de aproximação do eu, a autopercepção de identidade, com o Si mesmo, uma concepção de um “eu” atemporal, que seria a síntese da totalidade do sujeito.

A partir desta concepção, Hall (2020) transpareceu o entendimento de que a meta da individuação enquanto fim a ser alcançado é “interrompida” pela morte. No entanto, o sentido desse processo se dá continuamente ao longo da vida, pois, nas palavras do autor, “enquanto houver vida há caminho a ser percorrido” (HALL, 2020, p. 23).

Posteriormente, Hall (2020) esclareceu que todos os seres humanos, no decurso de suas vidas, seguem uma jornada de individuação, que nada mais é do que o seu próprio percurso de vida. Isto abrange tudo o que ele viveu ou irá viver, quem ele é, o que já foi e o que irá se tornar. Não necessariamente, contudo, culmina em uma espécie de “evolução

pessoal” ou de “aperfeiçoamento da personalidade”. Dispõe ainda Hall (2020) sobre a possibilidade de se seguir o caminho da individuação e retroceder, já que o movimento é espiralado, podendo avançar, recuar, avançar para recuar ou recuar para avançar. Sobre esse movimento não linear, o autor esclareceu:

É difícil descrever um processo típico ou bem-sucedido de individuação, porque cada pessoa deve ser considerada um caso único de tal processo. Podem ser enunciadas certas “normas”, como comparar o processo usual de individuação com o curso do Sol – subindo para a claridade, como uma definição durante a primeira metade da vida, e declinando para a morte na segunda metade [...]. (HALL, 2020, p. 23)

Outro aspecto importante no processo de individuação foi citado por Kast (2019) ao destacar aspectos referentes à relação do indivíduo com seus semelhantes. Sobre isso, a autora argumentou que, se houver, ao longo do processo, uma integração dos aspectos que antes estavam dissociados e não podiam ser aceitos, a relação com os seus semelhantes também será melhorada. E prosseguiu assim em suas palavras: “Quem consegue se aceitar melhor com seus próprios defeitos também consegue aceitar melhor os outros e é mais simpático e criativo ao lidar com os problemas do cotidiano” (KAST, 2019, p. 68).

Kast (2019) também argumentou sobre as mudanças que um processo de individuação provoca em cada pessoa e, entre elas, mencionam “um efeito significativo na personalidade consciente” (KAST, 2019, p. 69). Utilizando-se das palavras de Jung, escreveu que “o fato de que essa mudança eleva a consciência que se tem da vida e a mantém fluindo nos leva a concluir que uma funcionalidade peculiar é inerente a essa mudança” (JUNG *apud* KAST, 2019, p. 69). Para concluir, a autora resumiu em uma frase o objetivo maior desse desenvolvimento do indivíduo, que é “[...] buscar vivacidade, experiência sensorial e capacidade de relacionamento. Nesse sentido, importantes experiências do processo de individuação se mostram em símbolos” (KAST, 2019, p. 69).

O símbolo

Conforme Kast (2019, p. 24), o termo “símbolo” tem origem na palavra grega *symbálein*, que significa “amontoar”, “juntar”. A autora igualmente argumentou que Jung entendia os símbolos como sendo representações de fantasias, e que, em sua opinião, toda a vida do indivíduo é descrita por meio dos símbolos.

No seu sentido etimológico, original e grego, símbolo significa “lançar as coisas de tal forma que elas permaneçam juntas. Num processo complexo significa reunir as realidades, congregá-las a partir de diferentes pontos e fazer convergir diversas forças num único feixe” (BOFF, 1998, p. 11).

De acordo com o dicionário de Chevalier e Gheerbrant (2020), o símbolo é descrito por Jung como sendo “[...] uma imagem apropriada para designar, da melhor maneira

possível, a natureza obscuramente pressentida do Espírito” (CHEVALIER; GHEERBRANT, 2020, p. 22-23). Conforme os autores, a perspectiva de Jung, nessa linha de pensamento, seria a seguinte:

[...] o símbolo nada encerra, nada explica – remete para além de si próprio, em direção a um significado também nesse além, inatingível, obscuramente pressentido, e que nenhum vocábulo da linguagem que nós falamos poderia expressar de maneira satisfatória. (CHEVALIER; GHEERBRANT, 2020, p. 23)

Diniz (2018) descreveu que “[...] para a Psicologia Analítica, todo e qualquer objeto pode se revestir de valor simbólico, seja ele natural, concreto ou abstrato” (DINIZ, 2018, p. 29). Essa autora também explicou que “[...] o símbolo traz para a consciência que o contempla o sentido oculto de uma situação concreta, possibilitando inúmeras percepções até então desconhecidas, alcançando dimensões que o racional não pode atingir” (DINIZ, 2018, p. 29).

Andrade (2000, p. 32), afirmou que “[...] o homem é um animal simbólico e assim, ao fazer uso do processo de simbolização advém-lhe a possibilidade de ascender e intuir o desconhecido, combinando símbolos e signos de uma maneira mais complexa, criando uma comunicação com o mundo e os seus semelhantes”. Em sua percepção, “[...] a vida mental é reconhecida como um processo simbólico” (ANDRADE, 2000, p. 28), de modo que, a seu ver, o simbolismo seria a chave para se entender o humano.

Chamado ao encontro do *Self*

Não se pode precisar o momento em que uma pessoa inicia a jornada para o encontro com seu próprio *Self*, visto que as pessoas seguem trilhas diferentes ao longo de suas vidas. Sabe-se também que a infância, a adolescência, a fase adulta e a velhice são períodos diferentes da vida de cada ser humano, e todos têm sua importância para o crescimento e amadurecimento do indivíduo. Contudo, provavelmente essa busca consciente em direção ao *Self*, como bem explicou Jung (1994), pode ocorrer entre a fase adulta e a velhice. De acordo com Jung (1994), o processo de individuação correspondia ao processo de desenvolvimento na segunda metade da vida. Para exemplificar esse argumento, a seguir, será exposto um poema escrito em 30 de julho de 2007 pela analisanda JB, ano em que ela tinha 36 anos e cursava Artes. Esse poema foi escolhido dentre os demais pela simbologia usada e pelo estado emocional em que ela se encontrava nesse período.

Demasiado humana

Ó Deus, que pequena me esculpistes; transitória!
Sou arte surreal, irracional, motivo de espanto!
Pois o meu arguir, inferior se faz ao pensamento,

Que mergulha num caos terrivelmente crônico.

De todos os meus pesares há um que me sufoca...
É o curso inflexível da rima desarmônica, catastrófica
Dos meus versos absurdos e abstrações retóricas.
Não me faço compreender, sou pura imagem teórica;

Contigo aprendi a engendrar símbolo, imagens pictóricas;
E fiz-me pertencer à categoria do cosmo, espaço infinito.
E me recolho a minha existência insignificante, transitória,
Pois sou demasiado humana, caniço pensante, fragilíssimo.

(JB, 2007, s/p)

A partir da leitura do poema escrito por JB, observa-se, no todo, a presença de algumas características que remetem a um pensamento pessimista, tendo em vista que, mesmo sem estar plenamente consciente, a analisanda mostrou, por meio de suas palavras poéticas, baixa autoestima e inconformidade com seu próprio eu, além de um estado de dualidade de visões sobre si mesma. Confirmando tais assertivas, veja-se a primeira frase de seu poema, na qual ela se coloca como uma pequena (inferior) escultura formada pelo seu criador (Deus), e que, por isso, se considera transitória: “Ó Deus, que pequena me esculpistes; transitória!” (JB, 2007, s/p)

Já na segunda frase, ela se nomeia como uma arte surreal. Ora, uma arte surrealista está pautada naquilo que está para além do real, que é mais que o real porque transcende a compreensão racional e relaciona-se com a mente inconsciente, com o imaginário e o absurdo. Aqui, pressupõe-se que ela se sentia incompreendida, tal como a arte surrealista o é por muitos expectadores. Veja-se: “Sou arte surreal, irracional, motivo de espanto!” (JB, 2007, s/p).

Nas frases seguintes, ela explicou o motivo (em sua visão) de se sentir incompreendida. A seu ver, ela não está no nível do seu pensamento (é inferior a este), razão pela qual sua psique mergulha em um caos de confusão e incompletude: “Pois o meu arguir, inferior se faz ao pensamento,/ Que mergulha num caos terrivelmente crônico.” (JB, 2007, s/p).

Na segunda parte do poema, JB se mostra inconformada com sua situação, sentindo-se sufocada pelo curso que suas palavras estão tomando. Em sua visão pessimista, sua rima e seus versos não possuem harmonia, traduzindo-se em abstrações retóricas absurdas, caminhando para o caos. Sob tal visão, considera-se uma imagem abstrata, sendo essa a razão pela qual ela não se faz compreender:

De todos os meus pesares há um que me sufoca...
É o curso inflexível da rima desarmônica, catastrófica
Dos meus versos absurdos e abstrações retóricas.

Não me faço compreender, sou pura imagem teórica; (JB, 2007, s/p).

Na terceira parte do poema, ela se volta para o seu Criador, lembrando-se das benesses que d'Ele recebeu, a saber, criações de símbolos e imagens. Aqui, subentende-se que a intimidade com o Criador (como mestre e aprendiz) a fez sentir-se como pertencente ao Cosmo: “Contigo aprendi a engendrar símbolos, imagens pictóricas;/ E fiz-me pertencer à categoria do cosmo, espaço infinito.” (JB, 2007, s/p).

Nas frases finais, entretanto, apesar de ela ter se colocado no mesmo patamar das estrelas e planetas (já que menciona o Cosmo), no momento seguinte, ela lembra que é mortal (seu corpo mortal), voltando a sua visão para a terra. Assim, novamente, põe-se como inferior e insignificante, por causa de suas limitações como ser humano: “E me recolho a minha existência insignificante, transitória,/ Pois sou demasiado humana, caniço pensante, fragilíssima.” (JB, 2007, s/p).

O poema escrito pela analisanda JB revela um processo de reflexão profunda sobre si mesma e sua relação com o mundo. Nele, é possível observar o conflito interno vivenciado por JB, oscilando entre sentimentos de inferioridade e uma busca por significado e pertencimento. Suas palavras poéticas expressam uma luta para compreender sua identidade e seu lugar no universo. Por meio da análise desse poema, é evidente a presença de questões relacionadas ao processo de individuação, no qual a analisanda busca encontrar sua verdadeira essência e desenvolver uma conexão mais profunda consigo mesma e com o mundo ao seu redor. A arte, nesse contexto, desempenha um papel significativo, permitindo à analisanda explorar seus sentimentos e suas emoções de maneira simbólica, transcendendo o racional e acessando o inconsciente. O estudo desses elementos artísticos em conjunto com a Psicologia Analítica de Jung enriquece nossa compreensão do processo de individuação e da complexidade da psique humana. Essa análise poética oferece uma perspectiva valiosa sobre o encontro com o *Self* e destaca a importância do trabalho terapêutico na jornada de autodescoberta e crescimento pessoal.

Sonho numinoso

De acordo com JB, o primeiro módulo do curso de pós-graduação em Arteterapia foi “Dinâmica da Psique em Psicologia Analítica”, tendo ocorrido nos dias 30 e 31 de outubro de 2020 de forma presencial. Por estar com sintomas de gripe, a analisanda não foi ao primeiro encontro com a turma, especialmente em razão do quadro pandêmico da Covid-19 que se vivenciava no momento.

A analisanda relatou que, no período entre o primeiro e o segundo módulo do curso, teve um sonho que lhe causou muita impressão, mas, como na época ninguém soube interpretar, por um algum tempo (questão de meses) este foi deixado de lado. Ela iniciou a

pós-graduação em Arteterapia em 30 de outubro de 2020, com o módulo “Dinâmica da Psique em Psicologia Analítica”, e no dia 27 de novembro participou do 2º Módulo (*on-line*) “Oficinas de criatividade e atendimento arte terapêutico” com a Dra. Cristina D. Allesandrini. O sonho ocorreu no período entre estes dois módulos, mais especificamente em 17 de novembro de 2020.

A seguir, veja o relato feito por JB do sonho . Ele se refere à Figura 1, que é um desenho feito pela analisanda para ilustrá-lo.

Sonhei que estava em uma casa, que aparentemente, era da família, apesar de que tudo era diferente. Havia muitas pessoas na casa, pessoas que eu não conhecia. Também havia muitas crianças e elas estavam agitadas querendo brincar, mas não havia espaço suficiente dentro da casa para elas se divertirem. Além disso, pensei que meu pai não deixaria que elas fizessem barulho e algazarras. Propus saírem para brincar no quintal. O quintal também era diferente, não era tão grande e era cimentado. Havia outras pessoas no quintal com as crianças.

De repente vejo uma águia branca, linda! Perfeita! E parecia ser mansa. Estava pousada em um muro baixo e eu quis interagir com ela e até pensei em tirar uma selfie. Mas, ao abraçar a águia, ela olha para mim e começa a falar comigo. Me surpreendi, claro! E chamei a atenção de todos para ver a águia falando. Mas além da surpresa, veio a frustração, pois a águia falava em outro idioma (inglês) o qual eu entendo muito pouco. Fiquei mais atenta para tentar entender as palavras da águia, mas não tive muita compreensão de tudo que ela me disse. Apenas entendi que ela vinha de muito longe, de um tempo muito distante, talvez do tempo de Salomão ou do templo de Salomão, não posso afirmar com certeza. Entendi que ela era secular, pois atravessa os séculos e provavelmente, mas não estou certa disso, ela buscava o caminho de volta à casa. Me entristeci um pouco porque não podia entendê-la completamente e porque não podia ajudá-la.

Logo em seguida, para minha surpresa, a águia se transformou em um homem que estava vestido e sujo como um mendigo. Não sabia o porquê dessa transformação, mas fiquei um pouco decepcionada com o ocorrido, pois aquela águia era muito bonita e impressionante. Quando tentei balbuciar algumas palavras em inglês, tentando dizer que não sabia como ajudá-lo, que sentia muito, o mendigo se transformou, ou melhor, se transfigurou em um magnífico ser luminoso, cuja luz resplandeceu todo o ambiente e me encheu de calor. Nesse momento pude ver

algumas características de seu rosto e escutei quando me disse: Não se preocupe! Nesse exato momento, eu acordei (JB, 2020, s/p).



Figura 1. Tirinha representado o sonho com uma águia branca, desenhado por JB em 17 de novembro de 2020.

Segundo JB, a interpretação desse sonho esteve sob uma névoa até o dia em que decidiu levá-lo à terapia. Foi então que, com a ajuda dos diálogos com a terapêutica, que aquela fase de mistério e escuridão foi se esvaindo, podendo, enfim, dar-se como concluída. A interpretação dada está pautada na visão da Psicologia Analítica, porém não exclui outras interpretações ou, mesmo, outras amplificações em torno do conteúdo do sonho: “Sonhei que estava em uma casa, que aparentemente, era da família, apesar de que tudo era diferente. Havia muitas pessoas na casa, pessoas que eu não conhecia.” (JB, 2020, s/p).

Sobre isso, remeta-se a Chevalier e Gheerbrant (2020), segundo quem a casa é a imagem do universo, do Cosmo; a “grande casa familiar” (CHEVALIER; GHEERBRANT, 2020, p. 247) representa a totalidade do Grande Corpo Vivo do Universo, podendo, também, representar o “ser interior” (CHEVALIER; GHEERBRANT, 2020, p. 248). Assim, pode-se inferir que a casa representou a psique da própria sonhadora (JB). Essas pessoas desconhecidas podem estar relacionadas a uma alusão aos arquétipos ou aos complexos desconhecidos por ela, que habitam em sua psique:

Também havia muitas crianças e elas estavam agitadas querendo brincar, mas não havia espaço suficiente dentro da casa para elas se divertirem. Além disso, pensei que meu pai não deixaria que elas fizessem barulho e algazarras. Propus saírem para brincar no quintal. O quintal também era diferente, não era tão grande e era cimentado. Havia outras pessoas no quintal com as crianças. (JB, 2020, s/p).

Segundo Chevalier e Gheerbrant (2020), a infância é símbolo de inocência, de simplicidade natural e de espontaneidade. Sobre isso, Jung (1994) dá importante contribuição com o seu constructo sobre a criança interior, que, para o autor,

[...] expressa a totalidade do ser humano. Ela é tudo o que é abandonado, exposto e ao mesmo tempo, o divinamente poderoso, o começo insignificante e incerto e o fim triunfante. A “eterna criança” no homem é uma experiência indescritível [...] um imponderável que constitui o valor ou desvalor último de uma personalidade (JUNG, 1994, p. 181).

Nessa parte do sonho, observam-se muitos elementos que apontam para uma dualidade ou oposição: criança *versus* adulto; crianças barulhentas *versus* pai severo; espaço insuficiente dentro de casa *versus* quintal pequeno e cimentado (porém, ao ar livre). São elementos simbólicos que indicam repressão e insatisfação da analisanda.

Por outro lado, há que se considerar, ainda, que sonhar fazendo menção a um pai rígido também pode estar fazendo referência a um complexo paterno que a psique de JB trouxe desde a infância. E, novamente, JB faz menção à presença de outras pessoas no quintal com as crianças, que pode sugerir a existência de outros elementos desconhecidos na sua psique, que estão à margem de sua consciência.

Agora, observe o seguinte trecho: “De repente vejo uma águia branca, linda! Perfeita! E parecia ser mansa. Estava pousada em um muro baixo e eu quis interagir com ela e até pensei em tirar uma *selfie*.” (JB, 2020, s/p).

De acordo com Carvalho (2014), a águia é considerada um animal Psicopompo (do grego *psychopompós*, união das palavras *psyché* que significa alma e *pompós*, guia. Trata-se de uma figura que possui a função de guia nas ocasiões de iniciação e transição, sendo também apresentada como uma ave mediadora entre os reinos divino e espiritual. Na visão dos alquimistas, essa ave mítica está associada aos elementos ar e mercúrio, simbolizando a renovação e o nascimento. Sendo branca, conforme Urrutigaray (2011), pode estar representando a pureza, a inocência e a verdade. O fato de ela ser mansa e estar pousada em um muro baixo deixa transparecer a impressão de que ela queria aproximar-se e estabelecer uma comunicação. A analisanda, por sua vez, sente a necessidade de interagir com a águia, e, como descreve, até pensa em tirar uma *selfie*:

Mas ao abraçar a águia, ela olha para mim e começa a falar comigo. Me surpreendi, claro! E chamei a atenção de todos para ver a águia falando. Mas além da surpresa, veio a frustração, pois a águia falava em outro idioma (inglês) o qual eu entendo muito pouco. Fiquei mais atenta para tentar entender as palavras da águia, mas não tive muita compreensão de tudo que ela me disse. (JB, 2020, s/p).

Nessa etapa do sonho, JB abraça a águia sem medo, mas fica surpresa pela ave falar com ela (no idioma dos humanos), frustrando-se logo em seguida porque a águia estava se comunicando em inglês (um idioma no qual JB tinha pouca fluência). Com isso, observa-se que a comunicação entre a sonhadora e a águia sofreu uma interferência por causa do idioma, e, possivelmente, algumas palavras foram perdidas durante essa pequena conversação, apesar do esforço que a sonhadora fez para compreendê-las:

Apenas entendi que ela vinha de muito longe, de um tempo muito distante, talvez do tempo de Salomão ou do templo de Salomão, não posso afirmar com certeza. Entendi que ela era secular, pois atravessa os séculos e provavelmente, mas não estou certa disso, ela buscava o caminho de volta à casa. Me entristeci um pouco porque não podia entendê-la completamente e porque não podia ajudá-la. (JB, 2020, s/p).

No sonho de JB, foi dito que a águia desejava retornar à casa. Esta casa estaria simbolizando a própria analisanda? A águia aqui poderia estar indicando o início de uma mudança, renovação ou nascimento? Veja o trecho do seu relato que faz menção a isso:

Logo em seguida, para minha surpresa, a águia se transformou em um homem que estava vestido e sujo como um mendigo. Não sabia o porquê dessa transformação, mas fiquei um pouco decepcionada com o ocorrido, pois aquela águia era muito bonita e impressionante. Quando tentei balbuciar algumas palavras em inglês, tentando dizer que não sabia com ajudá-lo, que sentia muito, o mendigo se transformou, ou melhor, se transfigurou em um magnífico ser luminoso, cuja luz resplandeceu todo o ambiente e me encheu de calor. Nesse momento pude ver algumas características de seu rosto e escutei quando me disse: Não se preocupe! Nesse exato momento, eu acordei. (JB, 2020, s/p).

Nessa parte do sonho, observa-se, mais uma vez, a dualidade de elementos: águia (bela, nobre, limpa) *versus* mendigo (feio, plebeu, sujo). A surpresa e frustração sentida pela analisanda pode denotar, em certa medida, um distanciamento do *animus*, um arquétipo presente em toda mulher, que, no contexto do sonho, vestido de mendigo, pode estar sinalizando um pedido para ocupar um espaço mais presente em sua vida. Ademais, as transformações ocorridas no sonho (águia – mendigo – ser luminoso) podem estar fazendo referência às transformações alquímicas que ocorreriam no processo de individuação da sonhadora durante sua trajetória no curso de Arteterapia. O ser luminoso, cuja luz resplandeceu todo o ambiente e a encheu de calor (o ápice e o desfecho transcendente do sonho), cuja frase final foi “Não se preocupe!”, ameniza o problema em questão (não entender o idioma do ser e não poder ajudá-lo), e traz para a sonhadora a certeza de que tudo seria resolvido.

Modelagem com argila

A peça de argila apresentada no presente artigo foi criada pela analisanda em uma oficina dirigida durante a aula do módulo V, em 9 de abril de 2021, ministrada pela Profª Liana Santos de Souza.

Segundo JB, antes de realmente construir sua peça final, todos os participantes foram orientados nessa primeira etapa a conhecer o material que iriam trabalhar: a orientação era para pegar na argila, sentir sua temperatura e perceber sua umidade. Em seguida, foi solicitado que todos enrolassem a argila, fizessem bolas, rolinhos, placas.

Também foi pedido que amassassem a argila, a beliscassem, batessem nela, construíssem objetos e depois os destruíssem; em outro momento, foi solicitado que descrevessem as sensações que sentiram ao conhecer e manusear a argila, comentando sobre impressões, percepções e sentimentos despertados durante o processo. Essas etapas ocorreram no primeiro dia da oficina.

No segundo dia da oficina com argila, os participantes foram convidados a observar a peça, dialogar internamente com ela e construir um objeto criativo a partir desse diálogo. Após a construção da peça, pediu-se, ainda, que cada aluno-participante descrevesse a sua percepção. Essa etapa ocorreu no segundo dia do módulo V, em 10 de abril de 2021.

A experiência da analisanda com a argila na aula do dia 10 de abril foi assim por ela descrita:

Na oficina criativa eu escolhi fazer um bebê [Figura 2] no útero de sua mãe ou um bebê em processo de formação. Eu queria aproveitar a ideia que eu tive na aula anterior, pois aquela sensação tinha sido muito forte. Queria repeti-la e sentir as mesmas sensações. Para mim, esse bebê representou o nascimento dos meus objetivos de vida; acredito também que representa o nascimento de uma consciência mais elevada. E as impressões que eu tive dessa vivência foram as melhores possíveis: esperança, vida nova, pureza, de início. Esse momento esteve recheado com bons sentimentos. A palavra que escolhi para descrever esse processo foi “Nascimento”. (JB, 2021, s/p).



Figura 2. “Nascimento”. Peça esculpida em argila por JB em 10 de abril de 2021.

A argila foi uma das primeiras matérias-primas a ser usada pelo homem para criar, sendo apropriado afirmar que o homem na Pré-história a utilizava para dar voz a si mesmo ao expressar seus desejos e necessidades nos objetos que fazia. Tratava-se, pois, de um canal para comunicação com os outros e com o mundo. A argila também nos remete ao

início da existência humana (Gn 2:4-25) (BÍBLIA SAGRADA, 1997) e à matéria-prima por meio da qual são criadas inúmeras possibilidades, pois em si carrega o potencial de rearranjar-se, de metamorfosear-se.

A própria argila é uma metamorfose, na medida em que resulta da alteração celular sofrida pela rocha. Assim, ela, em sua essência, remete à transformação das coisas, dos elementos, do ser. Também pode ser contemplada como um símbolo de transição, terra transformada pelas águas, conforme Rosa (2012).

De acordo com o relato da analisanda, ela utilizou a argila para fazer um bebê no útero de sua mãe, ou um bebê em processo de formação. Ora, um nascituro é aquele que irá nascer, que foi gerado e não nasceu ainda. É considerado sinônimo de feto. Em outras palavras, nascituro é o ser já concebido e que, embora esteja pronto para nascer, ainda está no ventre materno. De acordo com as próprias palavras de JB, aquele bebê em formação representaria o nascimento dos seus objetivos de vida, bem como de uma consciência mais elevada que estava por vir a partir de vivências e estudo no curso de Arteterapia.

A pintura terapêutica

Segundo relatou a analisanda, as duas semanas anteriores à aula do módulo XII do curso de Arteterapia, Linguagem corporal e Música foram muito corridas e estressantes. O trabalho somado às outras demandas a deixaram fatigada e estressada, tanto que sentia todo o seu corpo doer não tendo tempo para se recuperar fisicamente, nem psicologicamente. Na sexta-feira, dia 8 de outubro de 2021, na aula de Expressão Musical, seu estresse chegou ao nível máximo por causa de problemas técnicos na saída de som do programa Meet. Além disso, o uso dos audíofones só contribuiu para aumentar o seu estresse e nervosismo, pois havia muitos sons de instrumentos e músicas sendo tocadas simultaneamente, de modo que terminou sua aula com muita dor de cabeça e enjoada.

Na tarde do sábado, dia 9, JB estava se sentindo melhor e decidiu estar presente na aula, mas procurou não olhar muito para a tela e nem usar os audíofones. Como a saída de som não estava funcionando, ficou apenas escutando os demais participantes. Seu nível de concentração ainda estava afetado, o que dificultou a sua participação nas atividades práticas da aula. Um relaxamento foi possível somente quando lhe foi concedida a oportunidade de se expressar por meio das tintas e do papel, ocasião em que fez a pintura retratada na Figura 3.



Figura 3. Aves e plantas aquáticas em pintura feita por JB em 9 de outubro de 2021.

Para a pintura, foi utilizado um papel A4, com gramatura 40, pincéis e tinta guache nas diversas tonalidades de verde e azul, tendo estas servido para a formação das plantas e das águas; laranja, para os 7 nenúfares; e, marrom, vermelho e branco, para a galinha-d'água.

Conforme Chevalier e Gheerbrant (2020), os significados simbólicos da água são bem abrangentes, podendo, entretanto, serem reduzidos a três temas dominantes: fonte de vida, meio de purificação, centro de regenerescência. De acordo com os autores, a água é símbolo da matéria-prima, o início primordial do ser, simbolizando, também, o feminino, a fertilidade e a vida. Já o pássaro simboliza o espiritual, o imaterial, a alma, e o nenúfar a abundância e fertilidade, ligado à terra e à água, à vegetação e ao mundo subterrâneo (CHEVALIER; GHEERBRANT, 2020).

Considerado o relato de JB sobre suas condições físicas e psicológicas nesse período, a expressão aqui exposta será analisada sob a vertente da necessidade urgente, mesmo inconsciente, de um equilíbrio físico e psíquico que a autora da imagem manifestava. Dito isso, é importante lembrar que, no seu relato, ela deixou claro que só relaxou (mental e fisicamente) quando teve a oportunidade de se expressar artisticamente, por meio do uso das tintas e do papel, fazendo-nos compreender que toda a tensão e o estresse que sentia no momento foram descarregados, por assim dizer, em sua expressão artística.

Ao observar a imagem com mais atenção, é possível notar que a ave (galinha-d'água) está olhando para o lago à espera de algum movimento. Esse movimento poderia indicar que algum peixe estaria nadando ali, o que demonstra que a ave estava ali para se alimentar, sendo o peixe o alimento disponível naquele momento. Em análise, quando perguntada sobre essa ave em sua expressão, ela respondeu que “o alimento

precisa ser pescado para que ela possa continuar a viver sua vida com saúde” (JB).

Sob outra perspectiva, a cor que mais se destaca na sua pintura é o verde das plantas sobre as águas do lago. A cor verde, de acordo com Urrutigaray (2011, p. 137), representa a “natureza [...], e equilibra as emoções, é a cor do repouso, da meditação, que tranquiliza o espírito, combatendo a fadiga visual”. O autor escreve ainda que, no campo da Psicologia, o verde é a cor da esperança e de vida nova, da energia, do crescimento e da juventude. É a cor que proporciona maior autocontrole e determinação.

Imagem prognóstica

Essa expressão espontânea surgiu como complemento de uma das tarefas finais requisitadas no módulo XII. A proposta era ouvir e apreciar três músicas selecionadas pela professora, consistindo a atividade relacionada em escrever/falar sobre o sentimento ou as sensações que surgissem nos alunos-participantes a partir dessa escuta. Apesar de feita a apreciação das canções selecionadas, apenas uma música foi incluída neste artigo, por ser mais significativa e, de acordo com a concepção de JB, ter lhe causado mais impacto.

Assim, a imagem incluída na Figura 4 foi feita a partir da escuta da música “Anxiety”, de Samantha Bounkeua, e, sua intenção, segundo JB, foi passar a sensação de ansiedade.



Imagem 4. Célula sanguínea estressada, pintada por JB em 15 de outubro de 2021.

Destaque-se, contudo, que não fora requerida uma expressão artística para a tarefa final requisitada no módulo XII. Era preciso tão somente apreciar a música e falar sobre ela, sendo isto o suficiente para concluir a atividade. Entretanto, JB decidiu fazer o desenho em complementação por acreditar que a pintura garantiria ao seu trabalho maior expressividade. O desenho de uma célula (sanguínea) estressada, ou sendo perturbada por fatores externos, de acordo com a analisanda, surgiu em sua mente ao ser exposta aos sons da música por alguns minutos.

A célula é a menor unidade estrutural e funcional básica do ser vivo, sendo considerada a menor porção de uma matéria viva. Tudo que possa ocorrer na totalidade do corpo, ocorre primeiramente na célula (KARAS; HERMEL, 2021). JB, ao representar o que estava ouvindo por meio da imagem de uma célula, mergulhou no interior de si mesma e deixou transparecer os seus conteúdos psíquicos inconscientes, tendo, possivelmente, revelado o que estava ocorrendo em tempo real com o seu corpo (ao que parece), ou ter feito um prognóstico sobre sua condição de saúde futura. A propósito, JB foi diagnosticada com uma doença autoimune chamada PTI (Púrpura Trombocitopênica Idiopática) em junho de 2022, e desde então tem estado em tratamento visando sua recuperação, o que mudou toda sua rotina de vida.

Considerações finais

No processo arteterapêutico de JB, durante o curso de formação em Arteterapia, várias vivências foram utilizadas para explorar e trabalhar aspectos profundos de sua psique à luz da Psicologia Analítica de Carl G. Jung. O objetivo geral do estudo de caso foi contextualizar estágios da psique e destacar as contribuições da arte para o processo de individuação de JB.

O processo arteterapêutico de JB, no período em que cursou a especialização em Arteterapia, apresentou uma intrincada intersecção entre suas vivências artísticas e sua jornada de autodescoberta. O poema escrito por JB emergiu como uma peça central nesse processo, revelando aspectos profundos de sua psique relativos a dualidades e conflitos internos relacionados à sua autoestima, identidade e busca por significado. Através da análise do poema, tornou-se evidente como a arte se tornou uma ferramenta poderosa para que ela explorasse e expressasse seus sentimentos e suas emoções de maneira simbólica. Isso abriu caminho para o processo de individuação, permitindo que ela mergulhasse mais fundo em sua própria psique.

Além disso, o poema serviu como um portal para as complexidades internas de JB, expondo dualidades e conflitos que estavam enraizados em questões cruciais de autoestima, identidade e busca por significado. Através da análise minuciosa do texto, os

elementos simbólicos e metafóricos nele contidos foram decifrados, proporcionando uma janela para a compreensão de seus sentimentos e emoções mais profundos.

Aqui reside a essência da Arteterapia: a capacidade da arte de atuar como um veículo de expressão que transcende as limitações da linguagem verbal. O poema de JB permitiu que ela articulasse o inarticulável, comunicando o que muitas vezes não pode ser traduzido em palavras. Essa expressão simbólica proporcionou um espaço seguro para explorar territórios emocionais complexos e muitas vezes conflitantes.

Ao fazê-lo, JB embarcou em uma jornada de individuação, um processo intrincado de autoconhecimento e desenvolvimento pessoal descrito por Carl Jung. Através da arte, ela pôde não apenas dar voz às suas emoções, mas também visualizar suas lutas internas. Essa visualização simbólica permitiu que JB se distanciasse de suas questões, observando-as de uma perspectiva mais ampla.

À medida que JB continuou seu curso de Arteterapia, essas vivências artísticas não se isolaram, mas se entrelaçaram de maneira profunda e significativa. O sonho com a águia, a modelagem em argila e a pintura terapêutica também contribuíram para a exploração de sua psique. O sonho com a águia, por exemplo, simbolizou sua busca por transcendência e sabedoria, complementando o tema da individuação presente em seu poema. Esse sonho apontou para seu anseio de conexão com seu eu mais profundo e o desejo de compreender seu caminho de individuação. A transformação da águia em diferentes formas ao longo do sonho refletiu em seu processo de autoconhecimento, evolução e aceitação que ela estava experimentando.

A modelagem em argila permitiu a JB materializar o símbolo do nascimento, representando o nascimento de seus objetivos de vida e de uma consciência mais elevada. A experiência com a argila, como matéria-prima transformadora, espelhou o próprio processo de metamorfose que ela estava passando em sua jornada de autodescoberta. Assim, pode-se afirmar que a modelagem em argila representou um renascimento, simbolizando o nascimento de seus objetivos de vida e de uma consciência mais elevada. Essa experiência prática permitiu a JB moldar e dar forma a suas aspirações, trazendo-as à vida tangível, espelhando o próprio processo de transformação que ela estava passando.

Na pintura terapêutica, JB retratou aves e plantas aquáticas, símbolos de vida, fertilidade e equilíbrio, funcionando como uma espécie de plataforma para representar visualmente sua busca por equilíbrio e fertilidade, simbolizadas pelas aves e plantas aquáticas. Isso não apenas lhe permitiu liberar o estresse acumulado, mas também encontrar um momento de tranquilidade e equilíbrio, em meio às complexidades da vida cotidiana.

Por todo o exposto, e de um modo geral, pode-se afirmar que, ao longo de seu percurso no curso de Arteterapia, JB encontrou na arte uma maneira valiosa de acessar seu

mundo interior, expressar seus conflitos e emoções, e assim facilitar seu processo de crescimento pessoal e individuação. A abordagem da Psicologia Analítica e o uso da arte como terapia se mostraram complementares e enriquecedores para essa jornada de autodescoberta.

Acredita-se que o estudo de caso de JB destacou a importância da arte como uma linguagem simbólica que pode revelar aspectos profundos da psique humana. Através da expressão artística, ela conseguiu explorar e integrar aspectos de si mesma, facilitando seu processo de individuação e crescimento pessoal. Essa experiência demonstra como as experiências artísticas mediadas pelo processo arteterapêutico vivido no curso de formação em Arteterapia podem ser uma ferramenta poderosa na jornada terapêutica e no desenvolvimento pessoal, enriquecendo nossa compreensão da complexidade da psique humana.

Data de recebimento: 23.03.2024

Data primeiro aceite: 20.11.2023

Data segundo aceite: 20.11.2023

Referências Bibliográficas

ANDRADE, L. Q. **Terapias expressivas**. São Paulo: Vetor, 2000.

BARDIN, L. **Análise de conteúdo**. Trad. Luís Antero Reto, Augusto Pinheiro. São Paulo: Edições 70, 2011.

BÍBLIA SAGRADA. Trad. João Ferreira de Almeida. Rio de Janeiro: Fecomex, Liga Bíblica Brasileira, 1997.

BOFF, L. **O despertar da águia: o diabólico e o simbólico na construção da realidade**. Petrópolis: Vozes, 1998.

CARVALHO, A. L. Entre Cristo e os homens, entre o bem e o mal: novas interpretações sobre a “Guirlanda de flores e frutos com o retrato de Guilherme III de Orange” (ca. 1665) de Jan Davidsz de Heem. *In: Encontro de História da Arte*, n. 10, p. 13-22, 2014.

CHEVALIER, J.; GHEERBRANT, A. **Dicionário de símbolos: mitos, sonhos, costumes, gestos, formas, figuras, cores, números**. 34. ed. Trad. Vera da Costa e Silva. Rio de Janeiro: José Olympio, 2020.

DINIZ, L. **Arte: linguagem da alma: arteterapia e psicologia junguiana**. Rio de Janeiro: Walk Editora, 2018.

HALL, J. A. **Jung e a interpretação dos sonhos: manual de teoria e prática**. Trad. Álvaro Cabral. São Paulo: Cultrix, 2020.

JUNG, C. G. **Psicologia e alquimia**. 3. ed. Petrópolis: Vozes, 1994.

_____. **Seminários sobre Psicologia Analítica (1925) Carl Gustav Jung.** Petrópolis: Vozes, 2017.

_____. **Cartas II.** Petrópolis: Vozes, 2002.

KARAS, M. B.; SANTO HERMEL, E. E. **A célula no ensino de biologia:** papel do livro didático e concepções de ensino. *Revista Brasileira de Ensino de Ciências e Matemática*, v. 4, n. 2, 2021.

KAST, V. **Jung e a psicologia profunda:** um guia de orientação prática. Trad. Karina Jannini. São Paulo: Cultrix, 2019.

_____. **O caminho para Si mesmo.** Trad. Enio Paulo Giachini. Petrópolis, RJ: Vozes, 2021.

JB. **Anotações pessoais.** 2021.

JB. **Anotações pessoais.** 2020.

JB. **Anotações pessoais.** 2007.

KREMPEL, P. **Tipos psicológicos, polaridade e energia psíquica:** a Psicologia Analítica e seus conceitos interligados. São Paulo: Dialética, 2022.

MINAYO, M. C. S. **O desafio do conhecimento:** pesquisa qualitativa em saúde. São Paulo: Hucitec, 2010.

ROSA, M. C. A. **Dicionário ilustrado de símbolos.** São Paulo: Escala, 2012.

STEIN, M. **Jung:** o mapa da alma: uma introdução. 5. ed. Trad. Álvaro Cabral; Revisão técnica Mareia Tabone. São Paulo: Cultrix, 2017.

URRUTIGARAY, M. C. **Arteterapia:** a transformação pessoal pelas imagens / Maria Cristina Urrutigaray. 5. ed. Rio de Janeiro: Wak, 2011.