



Artigo Original

O SOPRO COMO SÍMBOLO DA FORÇA CRIADORA EM ARTETERAPIA

THE BREATH AS A SYMBOL OF CREATIVE FORCE IN ART THERAPY

Maria Luiza Gava Schmidt⁴

Gislaine Cristina Pereira Santos⁵

Cássia Regina de Toledo Rando⁶

Resumo

O objetivo deste trabalho é apresentar a experiência de uma oficina criativa realizada durante o curso de formação em Arteterapia junto ao Instituto Bauruense de Psicodrama (IBAP). A oficina teve a participação de sete alunas e da professora (supervisora) e objetivou a prática arteterapêutica e aprimoramento das técnicas. O planejamento e realização foram conduzidos por duas alunas e teve como proposta uma atividade utilizando como tema o sopro a fim de evidenciar as potencialidades de utilização desta no que tange à funcionalidade e possibilidades de criação. A oficina teve duração de duas horas e seguiu as etapas: Sensibilização; Expressão Livre; Elaboração; Transposição de Linguagem e Avaliação. Esperamos com a divulgação desta experiência

⁴ Psicóloga, Psicodramatista. Doutorado em Saúde Coletiva – FCM – UNICAMP; Pós- Doutorado em Saúde Coletiva – FCP/USP. Docente no Curso de Graduação em Psicologia – Faculdade de Ciências e Letras – UNESP. Aluna do Curso de Especialização em Arteterapia Instituto Bauruense de Psicodrama – IBAP.

⁵ Tecnóloga em Gestão de Pessoas, MBA em Gestão Estratégica de Pessoas – FGV. Aluna dos Cursos de Especialização em Arteterapia e Psicodrama do Instituto Bauruense de Psicodrama – IBAP.

⁶ Graduada em Educação Artística com Habilitação em Artes Plásticas pela Faculdade de Arquitetura, Artes e Comunicação da Universidade Estadual Paulista Júlio de Mesquita Filho (1979); Pedagogia com Habilitação em Supervisão e Administração Escolar pelo Centro Universitário Claretiano - UNICLAR - Batatais-SP (1981); Especialização (lato sensu) em Arteterapia pela Universidade Castelo Branco/ Instituto Nacional de Pós -Graduação / Alquim Art (2007); Especialização (lato sensu) em Psicopedagogia Clínica e Institucional pela Faculdade Internacional de Curitiba-FACINTER (2013). Ministrou aulas de Artes por mais de 30 anos em Escolas Públicas Estaduais-SP (1980-2011). Atualmente é Arte-educadora na FACOL - Faculdade Orígenes Lessa e Colégio/Liceu Francisco Garrido – Lençóis Paulista-SP, Artista-educadora e Arteterapeuta em seu Atelier Particular e Co-Coordenadora, Professora e Supervisora de Estágio do Curso de Especialização em Arteterapia no Instituto Bauruense de Psicodrama - IBAP- Bauru-SP.

contribuir para o desenvolvimento do conhecimento no campo da Arteterapia sobretudo mostrando a importância da técnica descrita nas questões que envolvem a funcionalidade do ser humano e as suas restrições, possibilitando meios de expressão e contribuindo para a inclusão social bem como para a saúde e qualidade de vida.

Palavras-chave: Arteterapia, Funcionalidade Humana, Criatividade.

Abstract

This work aims to present the experience of a creative workshop held during the training course in Art Therapy along the Instituto Bauruense de Psicodrama (IBAP). The workshop was attended by seven students and the teacher (supervisor), aiming the art therapeutic practice and the improvement of techniques. Planning and conducting were led by two students and the proposal was an activity using the breath as theme in order to highlight the potential of its use regarding functionality and possibilities of creation. The workshop lasted for two hours and followed the steps of Awareness, Free Expression, Development, Language Transposition and Evaluation. We hope that the dissemination of this experience contributes for the development of knowledge in the Art Therapy field, especially showing the importance of the described methodology on issues involving the functionality of the human being and its constraints, enabling means of expression and contributing to social inclusion as well as to health and quality of life.

Keywords: Art Therapy, Human Functionality, Creativity.

Introdução e Justificativa

As Ciências da Funcionalidade referem-se ao “Modelo integrador da funcionalidade e incapacidade humanas proposto pela Organização Mundial de Saúde (OMS) com a sua Classificação Internacional de Funcionalidade, Incapacidade e Saúde (CIF), o qual

proporcionou à comunidade científica uma mudança de paradigma na reabilitação e na pesquisa a ela relacionada” (STUCKI, et al., 2008, p.64).

Esse modelo baseia-se numa perspectiva bio-psico-social dedicada a entender os fenômenos que envolvem o desenvolvimento do indivíduo, englobando as áreas social, psicológica e biocomportamentais (CIF, 2003).

No âmbito da CIF os componentes de funcionalidade e incapacidade incluem duas classificações, sendo uma para as funções dos sistemas orgânicos e outra para as estruturas do corpo podendo ser expressos de duas maneiras. Por um lado, eles podem ser utilizados para indicar problemas (e.g., incapacidade, limitação de atividade ou restrição de participação designadas pelo termo genérico deficiência); por outro lado, eles podem indicar aspectos não problemáticos (i.e. neutros) da saúde e dos estados relacionados com a saúde resumidos sob o termo funcionalidade (CIF, 2003).

Em ambas as situações, a Arteterapia mostra-se como uma abordagem adequada uma vez que possui um caráter terapêutico e pedagógico tendo como instrumentos uma variedade de técnicas expressivas também utilizadas no campo da arte (normalmente as artes plásticas embasadas nos recursos da pintura, escultura, desenho, modelagem, teatro entre outros) que permitem o afloramento do autoconhecimento e da criatividade, a descoberta de potencialidades, habilidades e competências, além de estimular a liberação de energias psíquicas e facilitar a expressão de conteúdos inconscientes levando o indivíduo à conscientização dos mesmos (URRUTIGARAY 2011; BITTENCOURT 2014; ALVES 2011).

A visão geral dos componentes da CIF dispõe ao contexto de saúde as seguintes definições:

- Funções do corpo são as funções fisiológicas dos sistemas orgânicos (incluindo as funções psicológicas).



- Estruturas do corpo são as partes anatômicas do corpo, tais como, órgãos, membros e seus componentes.
- Deficiências são problemas nas funções ou nas estruturas do corpo, tais como, um desvio importante ou uma perda.
- Atividade é a execução de uma tarefa ou ação por um indivíduo.
- Participação é o envolvimento de um indivíduo numa situação da vida real.
- Limitações de atividade são dificuldades que um indivíduo pode ter na execução de atividades.
- Restrições de participação são problemas que um indivíduo pode enfrentar quando está envolvido em situações da vida real.
- Fatores ambientais constituem o ambiente físico, social e atitudinal em que as pessoas vivem e conduzem sua vida.

Mediante essas pontuações, compreendemos que quando o assunto envolve desenvolvimento da funcionalidade humana, a Arteterapia mostra-se como uma abordagem promissora para ser utilizada em diferentes contextos, podendo ser empregada em indivíduos deficientes, em situações de readaptação e reabilitação e também em ações voltadas para prevenção de adoecimento e promoção da saúde em especial a saúde mental, ou seja, é uma abordagem que atende as questões relativas à saúde e os estados relacionados com a saúde associados a qualquer condição de saúde descritos na CIF.

Desse modo, pretendemos evidenciar que a utilização das técnicas e encaminhamentos propostos pela Arteterapia no resgate da funcionalidade humana revela-se uma ferramenta que possibilita várias intervenções, tais como: a coleta e registro de dados a partir de produções; a medida de resultados de qualidade de vida das pessoas ao se constituir como um a ferramenta de investigação; a avaliação de

necessidades, compatibilizar os tratamentos, ao se constituir como uma ferramenta clínica e terapêutica, a avaliação de aptidões profissionais, a reabilitação e o acompanhamento de resultados nestas situações específicas. Ademais é também uma abordagem relevante para ser utilizada no planejamento de intervenções em políticas públicas de saúde e na elaboração de programas e projetos visando o desenvolvimento do indivíduo. Além de ser um suporte à inclusão social pelo fato de proporcionar atividades que auxiliam o indivíduo a se expressar, respeitando suas limitações e restrições à participação.

Estas intervenções são possíveis, pois a função da Arteterapia,

é possibilitar e promover mudanças com vista à integralidade do indivíduo e, conseqüentemente, à melhoria na qualidade de vida, colaborando para a construção de um mundo onde a possibilidade de escolha, a liberdade e o respeito à singularidade sejam fatores – chave para vida em comunidade (ACAMPORA & ACAMPORA, 2014, p.13).

Frente a estas concepções e considerando o arteterapeuta como “um mensageiro do mundo dos sentidos”, conforme descrito por Philippini (2011, p.31) e concordando com esta autora de que nossa cultura é extremamente visual, propusemos uma oficina na qual nem o olhar nem o tato fossem o foco, mas sim a boca como canal expressivo habitualmente pouco utilizado no contexto arteterapêutico, mas de fundamental importância, tanto em termos de conteúdo criativo como simbólico.

No que tange ao conteúdo criativo, vale pontuar que a Arteterapia contribui para elaboração do potencial criador. Todavia,

a criatividade se realiza em conjunto com a realização da personalidade de um ser, da maturação como processo essencial para criação. Com a maturidade o ser humano criará espontaneamente, exercerá sua criatividade como função global e expressiva da vida, e como medida de sua gratificação (BITTENCOURT, 2014, p.50).

Assim sendo, “no processo arteterapêutico, a compreensão dos múltiplos significados contidos nos símbolos advém do trabalho criativo, plástico e expressivo que

deve, sempre que possível preceder a abordagem verbal ao mesmo” (PHILIPPINI, 2009, p. 16).

Ademais a utilização da boca, poderá ser uma prática arteterapêutica promissora para o despertar da funcionalidade humana e oferecer ao indivíduo novas formas de significação.

Objetivos

A oficina criativa intitulada o Sopros como Símbolo da Força Criadora, teve como objetivos: Mostrar a importância do sopro para a expressão de conteúdos criativos; Propiciar aos participantes a estimulação sensorial da boca; ativando processos criativos e reconhecimento deste canal expressivo; Ampliar o conhecimento sobre a utilização de técnicas expressivas; Apresentar os conteúdos simbólicos da boca e do sopro e a compreensão destes significados; Possibilitar reflexões sobre o uso da boca em atividade arteterapêutica com indivíduos que apresentem incapacidades ou limitações, sobretudo dos membros superiores.

Assim sendo, a proposta em oferecer uma oficina utilizando a boca foi pensada no sentido de propiciar aos participantes uma oportunidade de construir seu processo criativo, a partir da dispensa do processo manual.

Foi também objetivo possibilitar às alunas do curso de Arteterapia um momento para se colocar no lugar do outro, uma vez que estas poderão em algum momento da vida profissional vir atuar com pessoas deficientes ou em processo de reabilitação, em que a possibilidade de alguma criação se dará utilizando apenas a boca. Por esta experiência elas puderam sentir as dificuldades, necessidades bem como os sentimentos provocados pela limitação do uso das mãos, além de experienciarem as possibilidades de expressão por meio da boca em especial a função de soprar.

A simbologia da boca e do sopro

De acordo com Philippini (2009, p. 16) “no processo arteterapêutico, a compreensão dos múltiplos significados contidos nos símbolos advém do trabalho criativo, plástico e expressivo que deve, sempre que possível, preceder a abordagem verbal ao mesmo”. Por isto, as técnicas de sensibilização foram planejadas visando a exploração da boca (movimentos e sons que podem ser emitidos).

Durante o planejamento da oficina procuramos nos informar sobre a simbologia deste órgão e para isto, consultamos o Dicionário dos Símbolos de autoria de Chevalier e Gheerbrant (2001). Dentre os vários significados, rituais e representações descritas sobre a boca, foi surpreendente saber que “a boca é o símbolo da força criadora e, muito particularmente, da insuflação da alma” (CHEVALIER & GHEERBRANT, 2001, p. 133).

Como as atividades tinham como foco o sopro, a busca pela simbologia optamos por realizar uma busca bibliográfica como o objetivo de fundamentar melhor nossa atividade.

Variando de uma tradição a outra, o sopro possui uma diversidade de simbologias (propriedades mágicas, de cura, conservação da vida, entre outras).

Nós somos portadores do Sopro, do *pneuma* (espírito). O canto é o próprio sopro, e esse sopro é uma força criativa, que, tornando-se um com a palavra, doa vida a ela. Privada de sopro, a carne não se constrói. É o sopro que mantém o corpo vivo. O Universo é constituído por vibrações, e música é vibração. Ao cantar nossa própria música, estamos imprimindo ritmo às nossas vidas, acolhendo o Sopro de forma que ele se manifeste única e singularmente no nosso ser. (DINIZ, 2014, p. 37)

Chevalier & Gheerbrant (2001) descrevem que o sopro, universalmente, simboliza “o sentido do princípio da vida”.

Esse “sentido do princípio da vida” atribuído ao sopro está descrito também em textos bíblicos, como exemplo citamos o trecho apresentado por Biderman, (1988)

Na Bíblia a força da palavra divina não se circunscreve a Deus, mas difunde-se por seus enviados: os profetas. Porque eles são arautos do Altíssimo, os profetas são dotados do mesmo dom divino que lhes é comunicado na sua missão. Um dos momentos privilegiados desta manifestação é o relatado no livro do profeta Ezequiel (séc. VI A.C.). Sob o impulso do Espírito de Deus o profeta Ezequiel é conduzido ao meio do vale coberto de ossadas ressequidas. “Ele disse: pronuncia um oráculo sobre essas ossadas.[...] Pronunciei o oráculo como havia recebido a ordem; e houve um grande ruído enquanto eu pronunciava o oráculo e produziu-se um movimento: as ossadas se aproximaram umas das outras. Olhei: eis que havia sobre os ossos nervos, crescia carne e estendia-se pele por cima; mas não havia sopro neles. Ele me disse: Pronuncia um oráculo sobre o sopro, pronuncia um oráculo, filho do homem; dize ao sopro: Assim fala o Senhor Deus: Sopro, vem dos quatro ventos, sopra sobre estes mortos e eles viverão. Pronunciei o oráculo como havia recebido a ordem, o sopro entrou neles e eles reviveram; puseram-se de pé: era um exército numeroso. (Ez. 38, 1-10, apud BIDERMAN, 1988, p. 86).

Considerando que a “Arteterapia utiliza-se do rito e do conhecimento teórico sobre os mitos como um dos instrumentos possíveis para acessar conteúdos do inconsciente” (DINIZ, 2014, p. 14). Vale mencionar também a simbologia do sopro na Mitologia, representado simbologia protetiva.

Como um desses exemplos mitológicos temos a Deusa RÃ um mito do renascimento a partir do sopro. Dessa maneira, ela não era considerada apenas uma deusa do nascimento, mas também da ressurreição, em função de seus poderes de transmitir o sopro da vida. Como forma de proteção das mulheres, amuletos com seu nome eram usados na hora do parto. Um tipo de instrumento musical popular de percussão, apresentava a imagem ou o nome da deusa como proteção.

Na Mitologia grega, o sopro também está associado ao poder de Zéfiro, com sopros tido como benfazejos por sua brisa suave ou vento agradável, pois era o mais suave de todos os ventos tido como frutificante e mensageiro da primavera.

Para Leloup (1999), o sopro é compreendido como simbologia do corpo, e assim ele orienta,

Quando você toca alguém, nunca toque só um corpo. Quer dizer, não se esqueça de que você toca uma pessoa e que nesse corpo está toda a memória de sua existência. E, mais profundamente ainda, quando você toca um corpo, lembre-se que você toca um sopro, que esse sopro é o sopro de uma pessoa com os seus entraves e dificuldades e, também, é o grande sopro do universo. Assim, quando você tocar um corpo, lembre-se de que você toca um templo (LELOUP, 1999, p. 26).

Aspectos metodológicos

O contexto

Esta oficina foi realizada no Instituto de Psicodrama de Bauru, durante uma atividade de prática dirigida junto ao curso de especialização em Arteterapia. Teve duração de duas horas. Para realização foram utilizados dois espaços para o território criativo. Esta divisão se fez necessária posto que, devido ao barulho produzido pelo grupo corríamos o risco de interferir no grupo de alunos que estavam em aula numa sala próxima. Assim sendo, num primeiro momento as atividades foram desenvolvidas numa sala interna, onde foram colocadas em prática as primeiras vivências. Num segundo momento tomando o cuidado técnico de não desaquecer os participantes seguimos para uma sala mais ampla, no espaço externo, onde foram disponibilizados os materiais para continuidade da proposta.

Os sujeitos

Participaram desta oficina oito pessoas no total, sendo sete alunas e uma professora/supervisora. Uma das alunas atuou na direção da oficina e outra no registro das atividades e dos resultados, cinco atuaram como participantes das atividades e a

supervisora auxiliou no registro das imagens e nas ponderações sobre a prática e técnicas empregadas.

Aspectos éticos e metodológicos

Antes do início das atividades, as participantes foram consultadas sobre a proposta de publicação do trabalho. Todos concordaram e assinaram um termo de autorização de uso das imagens produzidas individualmente e em grupo. Para garantir a privacidade, optamos por manter no registro das falas e imagens o anonimato, apresentando os participantes através do P, seguido de um número.

Como procedimento foi realizada uma Oficina Criativa. Esta técnica arteterapêutica descrita em Alessandrini (2002; 2004), tem como objetivo orientar o profissional nesta proposta de trabalho.

O direcionamento da oficina seguiu as seguintes etapas: Sensibilização; Expressão Livre; Elaboração; Transposição de Linguagem e Avaliação conforme descritos por Alessandrini (2002; 2004), seguem especificadas:

Sensibilização: Nesta etapa ocorre o contato com o trabalho, com o mundo interno. É o momento em que se procura motivar o grupo a participar das atividades e se estreitam os laços entre os componentes. Neste momento são indicadas atividades que favoreçam o relaxamento como dinâmicas de grupo, lúdicas e de construções imaginárias etc.

Expressão Livre: É o momento em que se estimula o grupo a fazer uso do corpo exercitando suas funções psicomotoras e expressando seus sentimentos e pensamentos, por meio da música, dança, dramatização, mímica, construção com sucata, produção de texto, pintura, desenho, colagem, montagem, resolução de desafios, jogos etc... É uma fase que se destaca o sentir, o perceber, e explorar o material proposto.

Elaboração da Expressão: Trata-se do momento em que o grupo complementa, organiza melhor e dá acabamento às suas produções (desenhos, pinturas, textos etc.). Nesta etapa há um redimensionamento do que foi descoberto até o momento e os significados se ampliam.

Transposição de Linguagem: Neste momento a palavra é evocada como elemento mediador da expressão. Os participantes do grupo manifestam livremente, sentimentos e pensamentos por meio da escrita e da fala.

Avaliação: É o momento em que se faz a “retomada do processo” e que permite a conscientização e percepção crítica do indivíduo na aquisição de novos conhecimentos. É o momento de olhar e rever cada etapa, reelaborando conteúdos ainda não explicitados ou avaliando a dimensão de significado simbólico da totalidade da experiência vivida. Para fazer o fechamento, utiliza-se uma dinâmica de grupo, uma leitura de mensagem, uma música de relaxamento ou confraternização. Em seguida, o grupo faz uma avaliação das atividades desenvolvidas, da participação e aproveitamento de cada um e aponta o que houve de positivo e negativo. Nesta etapa procura-se tornar consciente a vivência, elaborações e aprendizagens.

As técnicas empregadas para passagem por estas etapas foram: jogos arteterapêuticos e pintura.

A escolha dos jogos se deu sobretudo porque o jogo em si é uma atividade lúdica, é um recurso técnico facilitador de expressão e interação entre as pessoas, é um instrumento rico em possibilidades e facilita o aquecimento para envolver os participantes nas atividades.

Outra técnica expressiva utilizada foi a pintura, sobretudo, por ser “uma das técnicas mais usadas no processo arteterapêutico” (BRASIL, 2013, p. 127). Além disto, pelo fato da pintura ter sido produzida pela boca a proposta foi tornar o ato de pintar um

meio de expressão tão eficaz quanto a fala. Como descreveu Brasil (2013), “por meio de traços, sombra, figura e fundo, a expressão de conteúdos torna-se tão clara, tão evidente que percebemos a sonoridade da voz nas cores e sombras” (BRASIL, 2013, p. 101-102).

Os materiais e equipamentos

Para realização dos jogos utilizamos balões, apitos, kits para produção de bolhinhas de sabão. Para pintura foram utilizados papel sulfite de 180 gramas, canudos de plástico e tinta guache.

Usamos também o notebook com caixa de som para audição e projeção das músicas e máquina fotográfica para registro das imagens.

Desenvolvimento das atividades

Atividades de sensibilização e expressão livre

De acordo com Brasil (2013) “os materiais utilizados em diversas atividades expressivas tornaram-se fonte inesgotável de recursos para facilitar a comunicação com o inconsciente” (BRASIL, 2013, p. 83).

Na etapa da Sensibilização essa comunicação com o mundo interno pode ser facilitada com estímulos sonoros provenientes de músicas em especial as que favoreçam o aquecimento. Assim sendo, a música, nessa etapa surge como uma técnica auxiliar na expressão de conteúdos.

Além de possuir um valor técnico a música é considerada também um “espelho da ressonância cósmica que compreende todo universo e, a harmonia, por sua vez, é um ideal arquetípico de totalidade” (LIMA NETO, 2013, p.80).

Nessa perspectiva, a oficina teve início a partir da proposta de atividade, solicitamos que todas ficassem em pé, colocamos uma música de relaxamento *Gracias*

(WITT, 2012) e iniciamos um aquecimento a fim de desacelerar a respiração, utilizando a técnica de inspirar e expirar.

Após alguns minutos partimos para segunda atividade, solicitamos que todas enchessem balões. Enquanto enchiam, colocamos a música: *Agnus Dei - instrumental violino* (ESPIRITU, 2009). Dando continuidade convidamos a todas a brincar com os balões, sem deixá-los cair, trocando entre si ao som da música *Relaxing hymns on piano: a whole hour of spiritual music* (CROFT, 2013) solicitamos que formassem uma imagem coletiva dos balões com os balões. A imagem formada está apresentada na Figura -1.

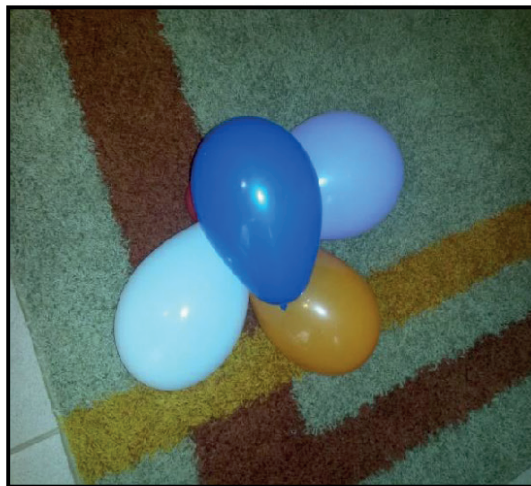


Figura 1 - Imagem coletiva dos balões

Após a criação da composição pedimos que verbalizassem palavras que de alguma forma traduzissem a percepção que tinham daquela imagem, dando um título à construção: Eis as palavras: Cores, Sem querer, Acaso, Diferença, Unidos, Improviso, Entrelaçado.

Recolhidos os balões partimos para a próxima atividade que se consistiu na entrega de apitos em formato de pássaro.

Consigna: “Caminhando e expressando movimentos corporais, apitem como se fossem passarinhos. Podem andar e apitar como quiserem”.

Perguntamos: “Os pássaros assobiam por algum motivo – qual o motivo desse bando”?

Eis as respostas:

“Eu sou uma águia nem dá pra me ouvir”.

“Estou viva, ainda é dia”.

“Estou feliz.”

“Está chovendo”.

“Pra seguir o bando”.

Em continuidade e objetivando manter o grupo aquecido, inserimos outra atividade. Todas em pé, caminhando, entregamos kits para soprar bolhas de sabão, ao ritmo da música *Relaxing Hymns On Piano - A Whole Hour of Spiritual Music* (CROFT, 2013).

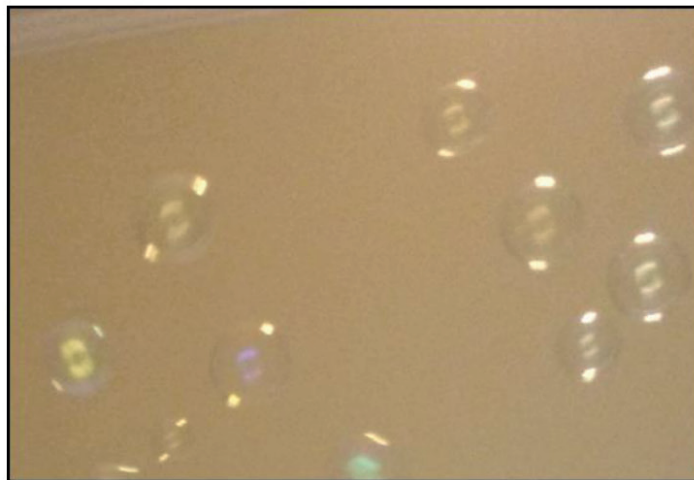


Figura 2 - Bolhinhas de sabão produzidas pelo grupo

Consigna: “Observem as bolhas, ouçam a música e reflitam que sensações, sentimentos essa atividade traz para vocês. As bolhinhas só saem porque vocês estão soprando. Agora, respondam a pergunta”: Se eu fosse uma bolhinha de sabão onde eu pararia?

“No chão, porque é onde para, mas na água seria melhor”.

“No mar, para me unir com algo maior, pra continuar existindo”.

“Numa floresta úmida e fechada, com cheiro da floresta”.

“Junto com minha família, várias bolhinhas”.

“Num colo, é o que preciso essa semana, estou fragilizada”.

Observação: O grupo se sensibilizou, trocaram carinhos e afagos.

Seguimos inserindo uma atividade que denominados de “Brincando com os sons através das letras do alfabeto”.

Consigna: “Vocês receberão letras do alfabeto, certamente vocês aprenderam a pronúncia de uma forma muito conservadora. Como poderíamos ensinar o alfabeto através de forma mais criativa?”

Como posso apresentar o alfabeto? (trabalhando o som, a boca, com criatividade e a expressão corporal).”

Assim sucessivamente, as letras foram sendo apresentadas de formas criativas e divertidas, sendo utilizado sobretudo o movimento corporal.

“Como estão se sentindo?”

“Ótimas”.

“Aquecidas”.

“Estamos bem”.

“Bolhinhas foram muito legais pra mim, até hoje brinco”.

“Voltei na infância”.

“Lembrei-me da cinderela, estava colorido”.

As atividades acima descritas com uso de balões, bolhas de sabão, música, letras do alfabeto, apitos, expressão corporal foram embasadas em jogos de percepção, interação e ludicidade, de modo a propiciar o aquecimento e a emergência das expressões livres.

Iniciar atividades arteterapêuticas com jogos é importante, pois “o jogo confere um sentido a uma determinada ação, caracterizando uma ação lúdica em uma função social. É fundamental para o desenvolvimento do indivíduo, produz sua subjetividade e configura uma troca” (BITTENCOURT, 2014, p. 103).

Percebendo que as participantes estavam aquecidas, propusemos a saída daquele espaço, tomando o cuidado de manterem o aquecimento no trajeto entre uma sala e outra. Para isto, solicitamos que permanecessem em silêncio durante o percurso mantendo as reflexões propiciadas nas atividades até então desenvolvidas.

Atividade de Expressão Livre e Elaboração da Expressão

Neste outro espaço, distribuimos papel sulfite de gramatura 180 gramas, canudos e tinta guache diluída em água e propusemos uma atividade de expressão livre, na qual solicitamos que individualmente cada uma soprasse a tinta através do canudo, e movimentando este canudo e explorando o material sem o uso das mãos fizessem uma pintura.

A linguagem da pintura requer uma postura inventiva “porque possui uma natureza específica, em sua maneira de comunicar uma ideia, uma imagem, um signo, um símbolo” (ORMEZZANO, 2009, p. 58).

A tinta guache por ser solúvel em água possui fluidez. E, “a fluidez e a expansão das tintas favorecem a liberação, o soltar-se, a ultrapassar limites e barreiras internas” (CARRANO & REQUIÃO, 2013, p. 99).

Ainda, segundo Philippini (2011) “as tintas, quanto mais líquidas forem, mais efetivamente nos permitirão recuperar ou restaurar experiências de fluidez espontânea” (p. 25).

Nessa fase, além da exploração do material proposto é um momento de afloramento de percepção e sentimentos e a emergência de imagens imaginárias transpostas em imagens criadas, onde expressões subjetivas são convertidas em comunicação objetivada (URRUTIGARAY, 2011).

Segundo essa autora “a Arteterapia alcança sua meta como função terapêutica por permitir essa passagem de um conteúdo inconsciente, não assimilado, transmutado ou transformado em outro conscientizado” (URRUTIGARAY, 2011, p. 27).

No entanto, “para compreender a importância que a interpretação da imagem pode ter em um processo de autoconhecimento, seja ele educacional ou terapêutico, precisamos, em primeiro lugar, nos perguntar porque uma pessoa faz um desenho ou uma pintura” (ORMEZZANO, 2009, p. 9).

A resposta segunda essa autora, surgem de vários motivos,

As motivações podem ser desde o gesto espontâneo, que procura expressar alguma realidade pessoal, o mero passatempo, até a colocação diretiva em uma colocação de estudo, diagnóstico ou terapia. Seja qual for a situação inicial que deu origem a uma imagem desenhada ou pintada, ela sempre será o resultado de uma manifestação do inconsciente e da realização, até certo ponto consciente, dessa manifestação. Representa a união dessas duas dimensões psíquicas, podendo também incluir aspectos mais antigos da experiência humana. No caso, estamos lidando com a dimensão arquetípica constelada na imagem diante de nós. (ORMEZZANO, 2009, p. 9).

A seguir estão apresentadas as imagens das experiências criativas individuais das participantes, bem como suas respostas a essas construções.

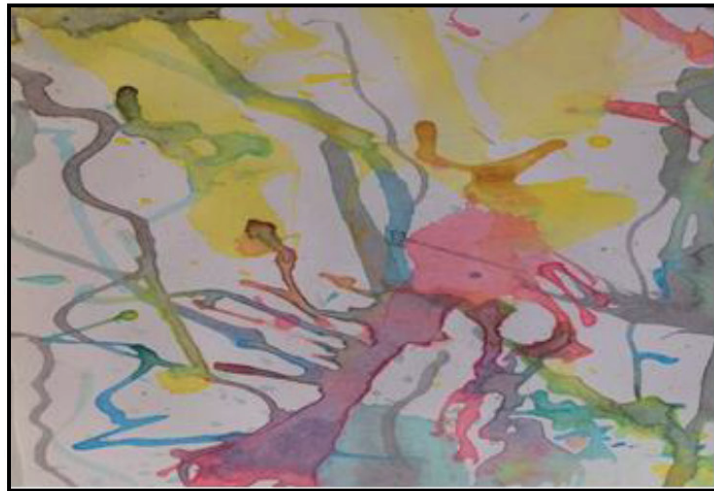


Figura 3 - Paixão

P1 – Palavra “Estouro”: “Porque não tive muito controle. No começo estava difícil, as cores estouravam, tentei dominar melhor e fiquei mais feliz, mas coloquei o preto e estourou novamente, tudo causado por estouro de pulmão. Sempre gostei de arte com estouro de balões, fiz um link da vivência com a pintura com balões, a vivência me permitiu fazer algo que sempre gostei, mas ainda não tinha feito (pintura com estouros). O título é Paixão”.

A participante revela suas dificuldades ao iniciar a atividades e também se diz surpresa com a possibilidade de experienciar o material e, sobretudo, de ter gostado.

Isso reafirma a concepção de que “a ação de uma imaginação criadora é um passo viável, visível e objetivado que possibilita aproximar elementos ou realidades ocultas (inconscientes) às dimensões mais acessíveis de serem compreendidas, facilitando a conscientização dos mesmos” (URRUTIGARAY, 2011, p. 27).

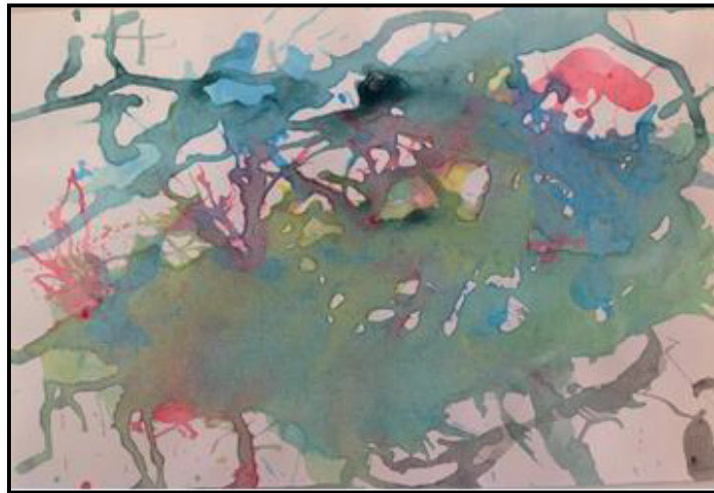


Figura 4 - Encantamento

P2 – Palavra “Inesperado”– “um Caos: Eu não pararia pra fazer isso, percebi que não tinha controle, total descontrole, fruto da respiração. Muito difícil. O título ficou Encantamento”.

Em P2, o que era dificuldade se transformou em encantamento. Sua palavra “inesperado” denota sua percepção de que a experiência foi significativa. “Fazer sem a intenção de ter um sentido é o que possibilita a criação verdadeira e genuína” (BRASIL, 2013, p. 26).



Figura 5 - Transparência

P3 – Palavra “Vidro” – “Pra mim tive dificuldade, usei a mão várias vezes, queria controlar e não conseguia. Depois deixei mais leve suave, deixei fluir. Coloquei o título Transparência”.

Ao comentar sobre sua imagem, P3 nos revela seu processo criativo, dizendo sobre a dificuldade em realizar a atividade sem o uso das mãos. Aborda também a fluidez que foi emergindo no decorrer do processo, o que denota a liberação do fluxo de energia psíquica em prol da sua expressividade. O fluxo que faz emergir a criatividade num percurso livre e desimpedido.

Mediante essas ponderações, observamos na fala de P3, o quanto o processo arteterapêutico implica fluxo, dinamismo, propicia desvelamentos, além de favorecer interações e insights (PHILIPPINI, 2011).



Figura 6 - Diferença

P4 - Palavra – “Diferença”: “Diferentes cores e quando se juntam dá um efeito legal se tornam grandes, fortes, se destacam, mesmo sendo diferentes precisam estar juntos para ficar colorido. Por isso o título Diferença”.

As observações de P4 confirmam que “as cores apresentam uma infinita gama de variedades, que são geradas por partículas dos estímulos, estando mais ligados à percepção do que a sensação” (CHENDO, 2011, p. 63).

Ainda, na concepção dessa autora,

O fenômeno da percepção da cor é muito mais complexo que o da sensação. Na percepção, contam apenas os elementos físico (luz) e fisiológico (olho) e, na sensação, entram, além dos elementos mencionados, os dados psicológicos que alteram substancialmente a qualidade do que se vê (CHENDO, 2011, p.63).



Figura 7 - Sopro

P5 – Palavra – “Cores da Vida”. “Porque as cores representam um pouco de mim. Pensei o motivo da escolha das cores e o que elas representam”. O título denominei de Sopro”.

Analisando as colocações de P5, acerca de sua imagem fica evidente o que foi salientado por Chendo (2011). De que “cada caminho expressivo é unido e singular, pois cada indivíduo possui sua própria história, vivências e experimentações, gerando dessa forma, escolhas próprias, interpretações livres e leituras diferenciadas” (CHENDO, 2011, p. 68-69).

Ademais, acrescenta a autora,

Esse caminho expressivo único e singular, que se utiliza da cor, é essencial na Arteterapia. Assim como a trajetória pode ser vista sobre a perspectiva das cores, a história pessoal do cliente pode ser vista por meio da utilização da cor nas produções simbólicas artísticas geradas no *setting* arteterapêutico (CHENDO, 2011, p. 69).

Vale acrescentar que, é possível observar que em todas as pinturas as imagens são abstratas, e fazem “fluir emoções e sentimentos, buscando movimentos de soltura e regressão” (BITTENCOURT, 2014, p. 102). Entretanto, a autora descreve que,

A arte abstrata é como uma forma de arte que não representa objetos próprios da nossa realidade concreta exterior, usa as relações formais entre cores, linhas e superfícies para compor a realidade da obra, de uma maneira “não representacional” (BITTENCOURT, 2014, p. 102).

Atividade de Transposição da Linguagem

Concluídas as apresentações, solicitamos que o grupo formasse uma imagem coletiva com as pinturas e na sequência elaborassem uma frase, inserindo todos os títulos.



Figura 8 - Imagem Coletiva das Pinturas do Grupo

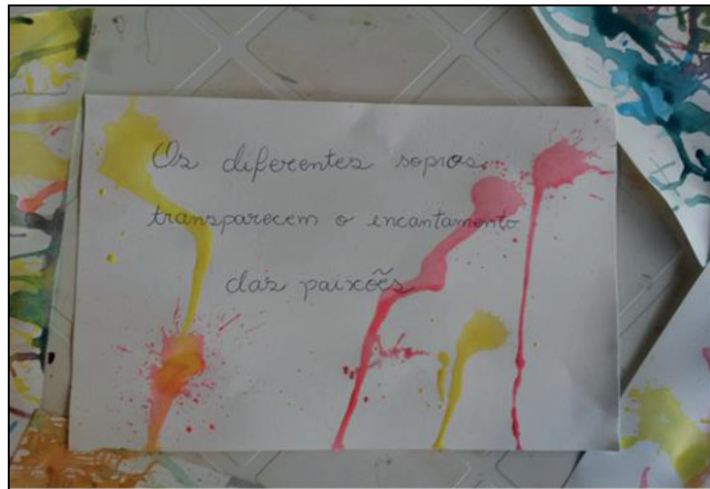


Figura 9 - “Os diferentes sopros transparecem o encantamento das paixões”

Finalizando, solicitamos que todos ficassem sentados em círculo, entregamos uma cópia dos textos contendo os conceitos simbólicos da “Boca” e do “Sopro”, extraídos do Dicionário dos Símbolos (CHEVALIER & GHEERBRANT, 2001).

Fizemos uma exposição sobre o conteúdo dessas simbologias e concluímos com o compartilhamento conforme segue abaixo.

Avaliação

Para o desenvolvimento desta etapa inserimos o “Jogo da Tribuna”. Neste cada uma das participantes tinha um tempo predeterminado (dois minutos) para expor os significados da experiência vivida, bem como as ponderações acerca de aspectos positivos e negativos observados e as contribuições para o processo de vivência, elaboração e aprendizagem. Seguem os discursos:

P1: “Desde o começo me senti muito à vontade, pensei muito em estar aqui inteira. Senti que foi algo crescente. O sopro é algo delicado e tão simples. Muito significativo e simples”.

P2: “Momentos bem introspectivos, leves, suaves. Senti-me bem, a dificuldade foi apenas não usar as mãos. Bem colorido, músicas foram bem relaxantes, poderiam ter músicas mais agitadas”.

P3: “Bem significativo, o silêncio foi importante, o evitar conversas paralelas também. A expressão com a voz”.

P4: “Foi bom, só tenho medo de estourar balões. Porque “diferença” desde o início, porque tenho que elaborar dentro de mim que todos são diferentes e que a diferença das pessoas irá complementar a minha. Aceitar a diferença. Não preciso agradar a todos, apenas reconhecer que todos são diferentes”.

P5: “Gostei de participar, não gostei da parte do apito, mas não deixei isso me incomodar. Gostei da atividade e do efeito que produz”.

Supervisora: “Cada encontro está sendo surpreendente e cada um traz para o grupo o que acredita. Foi importante, bem reflexivo, mexeu com sentimentos. Sempre precisamos pensar no espaço, com relação ao barulho que iremos produzir, algumas interferências podem acontecer, não deixem que isso prejudique o trabalho”.

Considerações finais

Este relato apresenta as fases de um processo criativo orientado, da concepção à realização das produções, demonstrando as atividades e percepções realizadas a cada uma das participantes.

Destacamos a introdução do trabalho pautada no conceito de funcionalidade humana e reafirmamos que a Arteterapia é uma abordagem promissora para o desenvolvimento do indivíduo podendo em situações de restrições corporais poder criar usando apenas a boca.

Essa oficina mostrou que a Arteterapia é eficaz no desempenho da funcionalidade humana. Com a modalidade expressiva da construção de pinturas pode-se constatar que os objetivos propostos foram alcançados, pois se verificou a expressão de conteúdos criativos mediante o estímulo da boca em especial o sopro.

Eis aí uma fonte de energia cujo movimento plasmou imagens possibilitando a expressão do mundo interno das participantes.

Conhecer os limites da funcionalidade do indivíduo é fundamental para que o trabalho arteterapêutico possa ser desenvolvido com segurança a caminho da totalidade do ser humano.

Mas se precisamos ainda de respostas que interliguem a importância da Arteterapia para o desenvolvimento da Funcionalidade Humana, podemos dizer que nesse campo, a Arteterapia e a Funcionalidade Humana se complementam, pois, enquanto a Arteterapia se ocupa por meio das técnicas arteterapêuticas a liberação de energias psíquicas, o estímulo a criatividade conferindo ao indivíduo novas possibilidades e novas significações de relacionar-se, posicionar-se estar no mundo, a Funcionalidade Humana traz concepções fundamentais para compreensão e resgate do potencial dos indivíduos no desenvolvimento de diferentes atividades.

Nessa oficina, cada participante ofereceu suas contribuições para que esta aula prática se efetivasse e certamente aprendemos juntas.

O fato desta oficina ter sido representativa para este grupo, incentivou nossa vontade de disseminar nosso conhecimento, acreditando que a publicação além de fortalecer a Arteterapia é também um canal para o processo de ensino-aprendizagem desta encantadora abordagem.

Esperamos com a divulgação desta experiência contribuir para o desenvolvimento do conhecimento no campo da Arteterapia sobretudo, mostrando a importância desta

ferramenta nas questões que envolvem a funcionalidade do ser humano e as suas restrições possibilitando meios de expressão e contribuindo para a inclusão social bem como para sua saúde e qualidade de vida.

Por fim, que essa experiência possa reafirmar a concepção de que

Cada ser humano é único, singular, recebe a vida para desenvolver os seus potenciais, e a Arteterapia facilita o ser humano a chegar a esse âmago, a essa singularidade do Ser, a chegar à Essência. A arte, utilizada terapeuticamente, ajuda a trazer a saúde do ser, sua riqueza, facilita-nos a encontrar a nossa grande joia, o Si-mesmo, possibilitando que cada um possa sentir o Sopro recebido e manifestá-lo. (DINIZ, 2014, p.12).

Data de recebimento: 14 de Outubro de 2015.

Data da primeira revisão: 24 de Outubro de 2015.

Data de aceite: 24 de Outubro de 2015.

Referências

- ACAMPORA, B; ACAMPORA, B. **170 Técnicas arteterapêuticas**: modalidades expressivas para diversas áreas. 2ª ed. Rio de Janeiro: Wak Editora, 2014.
- ALLESSANDRINI, C. D. **Oficina criativa e psicopedagogia**. São Paulo: Casa do Psicólogo, 2002.
- ALLESSANDRINI, C. D. **Análise microgenética da oficina criativa**. São Paulo: Casa do Psicólogo, 2004.
- ALVES, F. **Técnicas expressivas**: o encanto das fábulas ao encontro com a alma. Rio de Janeiro: Wak Editora, 2011.
- BIDERMAN, M.T.C. Dimensões da palavra. **Revista Filologia e Lingüística Portuguesa**, n. 2, p. 81-118, 1988. <http://dlcv.fflch.usp.br/sites/>. Acesso 13 de out 2015.
- BITTENCOURT, D. **Diagnóstico intervencionista em arteterapia**: dinâmicas psicoartísticas e criatividade expressiva. Rio de Janeiro: Wak Editora, 2014.
- BRASIL, C. **Cores, formas e expressão** - emoção de lidar e arteterapia na clínica junguiana. Rio de Janeiro: Wak Editora, 2013.
- CARRANO, E; REQUIÃO, M. H. **Materiais de arte**. sua linguagem subjetiva para o trabalho terapêutico e pedagógico. Rio de Janeiro: Wak Editora, 2013.
- CHENDO, I.C.P. Iluminar para revelar, colorir para transformar. In: PHILIPPINI, A. (org) **Arteterapia**: métodos, projetos e processos. 3ª ed. Rio de Janeiro: Wak Editora, 2013. Cap 5 – pp 57-70).



CHEVALIER, J.; GHEERBRANT, A. **Dicionário de símbolos**: Rio de Janeiro: Editora José Olympio, 2001.

CIF: **Classificação Internacional de Funcionalidade, Incapacidade e Saúde**. São Paulo. São Paulo: Editora da Universidade de São Paulo, 2003.

CROFT, P. **Relaxing hymns on piano**: a whole hour of spiritual music. 2013. From west wood records' album. v. 1. Disponível em: <<https://www.youtube.com/watch?v=dfpOvM5OcuY>> Acesso em: 14 de outubro de 2015.

DINIZ, L. (org) **Mitos e arquétipo na arteterapia**: os rituais para se alcançar o inconsciente. 2ª ed. Rio de Janeiro: Wak Editora, 2014.

ESPIRITU, D. **Agnus Dei**: instrumental violino. 2009. Disponível em: <<https://www.youtube.com/watch?v=EkfRUNTOJKo>> Acesso em: 14 de out 2015.

LELOUP, J.Y. **O corpo e seus símbolos**. Petrópolis. Rio de Janeiro: Editora Vozes 1999.

LIMA NETO, L.F.C. **Ensinando música para arteterapeutas**: práticas e reflexões. In: PHILIPPINI, A. (Org). **Arteterapia: métodos, projetos e processos**. 3ª ed. Rio de Janeiro: Wak Editora, 2013. Cap 6 – pp 73-84.

MONTEIRO, R. F. **Jogos dramáticos**. 6ª edição. São Paulo: Ágora, 1994.

MOTA, J. (Org). **O jogo no psicodrama**. São Paulo: Ágora, 1995.

ORMEZZANO, G. **Educação, estética, imaginário e arteterapia**. Rio de Janeiro: Wak Editora, 2009.

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

PHILIPPINI, A. **Grupos em arteterapia** - redes criativas para colorir vidas. Rio de Janeiro :Wak Editora, 2011.

STUCKI, G.; REINHARD, J.D.; GRIMBY, C.; MELVIN, J. O desenvolvimento da pesquisa em funcionalidade humana e reabilitação a partir de uma perspectiva abrangente. **Revista Acta Fisiátrica**, São Paulo, v.15, n.1, p. 63-69, 2008.

URRUTIGARAY, M. C. **Arteterapia**. a transformação pessoal pelas imagens. 5ª edição. Rio de Janeiro: Wak Editora, 2011.

WITT, M. **Gracias**: instrumental piano. 2012. Disponível em: <<https://www.youtube.com/watch?v=rkwm6cTa3Rg>> Acesso em: 14 de out 2015.