

Artigo Original

CONSIDERAÇÕES SOBRE ARTETERAPIA NA CONTEMPORANEIDADE E SAÚDE MENTAL

CONSIDERATIONS ABOUT ART THERAPY IN CONTEMPORARY AND MENTAL HEALTH

Sandro J. S. Leite

Sonia Bufarah Tommasi

Resumo: O presente texto traz uma reflexão sobre o papel da Arteterapia na contemporaneidade, em função de seu caráter profissional híbrido, o qual permite um tráfegar entre as áreas do conhecimento. Nesse sentido, pensar a Saúde Mental, nesse campo múltiplo, é aceitar as diferenças e focar o trabalho terapêutico que vise o bem-estar, especialmente na demência e na depressão, territórios ainda pouco explorados pela Arteterapia. Além disso, sugere-se uma ampliação do termo Saúde Mental para o de Saúde Psíquica.

Palavras-chave: Arteterapia, Contemporaneidade, Saúde Mental, Saúde Psíquica.

Abstract: This paper presents a reflection on the role of Art Therapy in the contemporary world, one which, due to its hybrid professional nature, allows transit between areas of knowledge. In this sense, thinking of Mental Health in this multiple field is accepting the differences and focusing on the therapeutic work aimed at personal welfare, especially in dementia and depression, territories largely unexplored by Art Therapy. In addition, it is suggested an expansion of the term Mental Health to that of Psychic Health.

Keywords: Art Therapy, Contemporaneity, Mental Health, Psychic Health.

Pensar a Arteterapia na complexidade do mundo contemporâneo é um desafio que se faz premente. A noção de complexidade se assenta na incompletude do conhecimento (MORIN, 2001a), o que significa referimento a uma impossibilidade de se abarcar o todo. Como um conjunto de disciplinas dialogando a partir da base Arte + Terapia, o caminho de incertezas e de construções/disrupturas que se configuram como condição da existência da Arteterapia indica a necessidade de um sujeito de ação (arteterapeuta) suficientemente gabaritado para lidar com as demandas deste mundo contemporâneo.

No contexto psicoterapêutico, a Arteterapia integra técnicas artístico-expressivas, originando uma relação terapêutica entre o sujeito (criador), o objeto de sua criação e o arteterapeuta. O recurso arteterapêutico estimula a imaginação, desperta simbolismos e metáforas que enriquecem o processo de autoconhecimento e de desenvolvimento cognitivo, afetivo-emocional e criativo (TOMMASI; MINUSSO, 2010). Portanto, “a proposta é pensar num espaço da Arteterapia como um *fazer-ser*. Exercer, como exercitar o ser; o fazer que produz o *ser*. O *ser* do sujeito como o concebemos, como *ser-em-devir* com outro. O objeto se presta a um *fazer*” (REISIN, 2006, p. 47).

Não mais um antropólogo de gabinete! Não mais uma noção positivista do mundo! Na atualidade, a reversão de valores diante de visões impostas a partir da objetividade revela-se inapropriada para abarcar a complexidade das manifestações. O livre trafegar do conhecimento e as penetrações das áreas dispõem diante de nós uma tela que se preenche de possibilidades, não mais de verdades estanques. É tempo de contextualizar, de globalizar informações (MORIN, 2001b).

Assim, também o processo arteterapêutico busca a integração dos conteúdos dissociados e conflitantes, possibilitando o diálogo entre o que está em cima e o que está embaixo, dando unicidade e completude ao ser humano (TOMMASI, 2011). Nas relações,

estabelecem-se possibilidades conectivas, também disruptivas, não havendo fronteira para exercitar o criativo, que é a força motriz do movimento que esse processo desperta.

O conhecimento não deve mais se pautar pela ideia de universalização, mas sim de constatação das diferenças. No contexto clínico, a supremacia das regras e técnicas levou a uma exacerbação do poderio do terapeuta e, especialmente, dos constructos teóricos aos quais ele se submetia como se fossem leis (NEUBERN, 2005). Parafraseando Tommasi (2011), o ensino da Arteterapia difere desse contexto porque mestre e discípulo caminham juntos por vias ainda não tráfegadas. Já Jung (2011b) alerta para a importância da técnica no trato com o outro, pois é um instrumento importante de manejo; no entanto, por trás da técnica há a pessoa, que é única.

Na contemporaneidade, a Arteterapia se situa diante de um plano de fundo heterogêneo, como o é sua fundação: constituindo-se, ao longo do tempo, como atividade híbrida, instrumentaliza-se para abarcar o outro tal qual agente que desenvolve um caminho criativo, rumo ao processo de autoconhecimento. Não há uma fórmula ou padrão, somente a verificação de situações favoráveis à livre expressão, à elaboração simbólica e ao manejo da relação terapêutica (LEITE; WAHBA, 2011).

A expressão que se objetiva pode revelar o caráter mítico, por meio de imagens que compõem a estrutura da psique. Ou seja, para Jung (2011a) a psique se constitui por imagens, as quais tecem possíveis temas míticos que exprimem e condensam as experiências humanas. Mas a psique tem meios de escapar do controle racional – a literatura, a arte, a música são algumas de suas aliadas: “a arte enlaça discursos de Sujeitos e Objetos. É onde a arte fala: em seus dizeres cantados, pintados, dançados, atuados” (REISIN, 2006, p. 47).

Quando se trabalha a subjetividade, a capacidade criadora/destrutiva/construtiva, o poder de síntese, trabalha-se o processo de autonomia, a qual é construída no intervalo entre aquele que se expressa e o outro. “Toda criação expressiva, seja ela “realista”, “abstrata” ou fantástica, um êxito ou um fracasso, está no mundo apenas como condição que expresse algo a alguém que faz parte dele” (PAÍN, 2009, p. 95). Nesse sentido, o estado de saúde que se almeja está no diálogo entre o interior e o exterior.

Para se compreender a Saúde Mental na atualidade, faz-se necessário analisar as relações humanas num mundo dinâmico: o novo é requisitado constantemente, e, ao obtido, já está obsoleto, o que gera ansiedade por obter algo novo, e assim por diante. O desejo incessante não se restringe somente a objetos, estende-se às relações humanas. Para Bauman (2004), a fragilidade dessas relações é constituída por vínculos cada vez mais superficiais e supérfluos, gerando, portanto, sentimentos de insegurança e desejos conflitantes que provocam dor, sofrimento, angústia.

A Saúde Mental é, nesse sentido, uma peça chave para a promoção de programas que visem o bem-estar, seja através de atividades físicas, comunitárias e pela arte (GOVERNMENT, 2011). Essa atuação se dá no nível de cuidado primário e pode se estender à população em geral, atingindo assim uma dimensão comunitária (CRONE et al, 2013). O tema da Saúde Mental não se limita ao contexto clínico, uma vez que a qualidade de vida que se imprime em atividades que visam o bem-estar vai além da competência destas. Atinge também uma dimensão governamental, uma vez que o custo gerado para se cuidar da saúde pública está diretamente ligado aos programas de promoção da saúde, como pode ser apreciado a partir de uma ampla pesquisa realizada no Reino Unido, para se avaliar a efetividade da Arteterapia e a relação custo-benefício (UTTLEY et al, 2015).

Há de se considerar, no entanto, que o termo Saúde Mental possa ser expandido. De sua conceituação genérica, ligada especialmente ao bem-estar físico e emocional, há também outras instâncias que, participantes do quadro geral das experiências humanas, também poderiam ser citadas. Por isso, sugere-se que a noção de Saúde Psíquica, ao envolver não só as dimensões psique-soma, venha a ser mais adequada, em função de sua envergadura conceitual.

Dois campos de atuação da Arteterapia, ainda pouco explorados, são a demência e a depressão, sendo que o estado de saúde esperado é o da manutenção da saúde e da qualidade e vida, além da redução dos sintomas e desenvolvimento de processos de elaboração simbólica com vistas à ampliação de significados e à autoconsciência. Ambos os quadros aliam a utilização farmacológica com a psicoterapêutica, e, em vista disso, a elaboração de um plano de ação conjunto deve se pautar pela postura do profissional arteterapeuta, diante de equipes médicas e institucionais.

Estudos sobre demência demonstram que as atividades com recursos expressivos, além de promover o bem-estar, contribuem para a redução do tempo de internação (BEAUCHET et al, 2014); também revelam efeitos positivos no comportamento e redução de sintomas (CHEN et al, 2014).

A depressão, segundo dados da Organização Mundial da Saúde, é uma das doenças mais incapacitantes da atualidade. Em uma pesquisa realizada com 395 arteterapeutas, no Reino Unido, 91% deles responderam já ter atendido pessoas com depressão (ZUBALA et al, 2013). Como uma doença de amplitude mundial, tem prevalência entre as mulheres e, de modo geral, limita as atividades profissionais, cotidianas e interfere nas relações familiares. Estudos em Arteterapia e atividades de arte com os mais variados públicos demonstraram resultados satisfatórios, no trato da

depressão. (SANDAK et al, 2015; IM; LEE, 2014; PARSA; HARATI, 2013; GUZMAN, 2011).

Pensar a atuação da Arteterapia na contemporaneidade é levar em consideração os grandes males que afligem a humanidade, é promover um conjunto de ações que priorizem a saúde. Essa ação coloca a Arteterapia em sintonia com as demandas de hoje e a instrumentaliza para uma efetividade de resultados (práxis), e, para tal, um aprofundamento de estudos e pesquisas *strictu sensu* é imprescindível. A legitimidade esperada de uma forma de intervenção com traços do pós-moderno (porque prioriza a desconstrução de modelos e privilegia a expressão individual) necessita estar assentada em uma base epistemológica sólida e permeável às flutuações que a própria condição contemporânea apresenta.

Aliar uma sistemática de atuação profissional à sensibilidade pertinente ao modo de ação da Arteterapia é o ponto de mutação que a diferencia de outras formas de intervenção. Trabalhar o novo sem dispensar o passado é uma tarefa que lhe compete, que a mantém viva e a desperta para os desafios contemporâneos.

Referências

BAUMAN, Z. **Amor Líquido**: sobre a fragilidade dos laços humanos. Rio de Janeiro: Zahar, 2004.

BEAUCHET, O. et al. Geriatric Inclusive Art And Risk of In-Hospital Mortality in Inpatients With Dementia: Results From a Quasi-Experimental Study. **Journal of the American Geriatrics Society**, v. 62, n. 3, p. 573-575, 2014.

CHEN, R-C et al. Non-Pharmacological Treatment Reducing Not Only Behavioral Symptoms, But Also Psychotic Symptoms of Older Adults with Dementia: A Prospective Cohort Study in Taiwan. **Geriatr Geronto Int**, v. 14, p. 440-446, 2014.

CRONE, D. M. et al. 'Art Lift' Intervention to Improve Mental Well-Being: An Observational Study from UK General Practice. **International Journal of Mental Health Nursing**, v. 22, p. 279-286, 2013.

GOVERNMENT, H. M. **No Health without Mental Health: A Cross-Government Mental Health Outcomes Strategy for People of All Ages.** London: Crown, 2011.

GUZMAN, A. B. de et al. Filipino Arts Among Elders in Institutionalized Care Settings. **Education Gerontology**, v. 37, p. 248-261, 2011.

IM, M. L.; LEE, J. I. Effects of Art and Music Therapy on Depression and Cognitive Function of the Elderly. **Technology and Health Care**, v. 22, p. 453-458, 2014.

JUNG, C. G. **A natureza da psique.** OC VIII/2. Rio de Janeiro: Vozes, 2011a.

JUNG, C. G. **Civilização em transição.** OC X/3. 5. ed. Rio de Janeiro: Vozes, 2011b.

LEITE, S. J. S.; WAHBA, L. L. O cuidador e a contratransferência. In: TOMMASI, S. B. org. **Arteterapeuta: um cuidador da psique.** São Paulo: Vetor, 2011. Cap. IX, p. 203-219.

MORIN, E. **Ciência com consciência.** 5. ed. Rio de Janeiro: Bertrand Brasil, 2001a.

MORIN, E. **A religação dos saberes: o desafio do século XXI.** Rio de Janeiro: Bertrand Brasil, 2001b.

NEUBERN, M. da S. A dimensão regulatória da Psicologia clínica: o impacto da racionalidade dominante nas relações terapêuticas. **Estudos de Psicologia**, v. 10, n. 1, p. 73-81, 2005.

PAÍN, S. **Os fundamentos da Arteterapia.** Petrópolis: Vozes, 2009.

PARSA, N. A.; HARATI, S. Art Therapy (Poetry Therapy) Can Reduce the Effects of Depression. **International Journal of Academic Research**, v. 5, n. 4, p. 149-152, 2013.

REISIN, A. **Arteterapia: Semânticas e Morfologias.** São Paulo: Paulinas, 2006.

SANDAK, B. et al. Computational Paradigm to Elucidate the Effects of Arts-Based Approaches and Interventions: Individual and Collective Emerging Behaviors in Artwork Construction. **Plos One**, p. 1-32, 2015.

TOMMASI, S. M. B. (org.) **Arteterapeuta um cuidador da psique.** São Paulo: Vetor, 2011.

TOMMASI, S. M. B.; MINUSSO, L. **Origami: em Educação e Arteterapia.** São Paulo: Paulinas, 2010.

UTTLEY, L. et al. The Clinical and Cost Effectiveness of Group Art Therapy for People With Non-Psychotic Mental Health Disorders: A Systematic Review and Cost-Effectiveness Analysis. **BMC Psychiatry**, v. 15, n. 151, p. 1-13, 2015.

ZUBALA, A. et al. Description of Arts Therapies Practice With Adults Suffering From Depression in the UK: Quantitative Results from the Nationwide Survey. **Arts in Psychotherapy**, v. 40, n. 5, p. 458-464, 2013.