



Centro Universitário de Brasília  
Faculdade de Ciências da Saúde  
Curso de Psicologia

## **Os recursos da arteterapia na abordagem gestáltica com crianças**

Brasília  
Novembro, 2003.

Rosanne Santos Mulholland

## **Os recursos da arteterapia na abordagem gestáltica com crianças**

Monografia apresentada como requisito para  
conclusão do curso de graduação em  
Psicologia da Faculdade de Ciências da Saúde  
do Centro Universitário de Brasília.

Orientadora: prof<sup>a</sup>. Dra. Carlene Maria Dias  
Tenório.

Brasília, novembro de 2003.

***“Será que é complicado, singular, sobrenatural ser artista? Muito pelo contrário! O complicado, o forçado, o singular é não ser.” (Louis-Ferdinand Celine, apud Mèredieu, 1974)***

### *Agradeço*

*à minha mãe pelo apoio, paciência e por ter proporcionado meus primeiros contatos com a arte;*

*ao meu pai por toda a ajuda e por ter proporcionado meus primeiros contatos com a psicologia;*

*ao meu irmão e à amiga Juliana, pelo companheirismo e apoio;*

*à orientadora Carlene, uma das pessoas mais importantes para minha formação como psicóloga.*

# Sumário

<b>INTRODUÇÃO</b>	6
<b>DESENVOLVIMENTO</b>	9
<b>I. Arte e psicoterapia</b>	9
1.1 A arte e o artista: definições e características	9
1.2 As abordagens psicoterápicas: definições e características	14
1.3 A arte como instrumento terapêutico	21
<b>II. Arteterapia</b>	29
2.1 Definições e características	29
2.2 Arteterapia com crianças	35
<b>III. Gestalt Terapia e arte</b>	39
3.1 Gestalt Terapia: origem, fundamentos e principais conceitos	39
3.2 A arte na Gestalt Terapia	48
3.3 A Gestalt Terapia com crianças	55
3.3.1 Pressupostos relativos ao desenvolvimento do “eu”	55
3.3.2 Aspectos teórico-práticos do processo psicoterápico infantil	59
3.4 A arte na Gestalt Terapia com crianças	60
3.4.1 Artes manuais	64
3.4.2 Artes cênicas	70
3.4.3 Artes musicais	77
<b>CONSIDERAÇÕES FINAIS E CONCLUSÕES</b>	80
<b>REFERÊNCIAS BIBLIOGRÁFICAS</b>	83

## **Resumo**

O presente trabalho versa sobre a inclusão da arte como mais um recurso de auto-expressão no contexto da terapia infantil dentro da abordagem gestáltica. Este tipo de recurso enriquece o processo terapêutico, mobiliza a criança e facilita o contato tanto do terapeuta com a criança quanto da criança com ela mesma, trazendo para o primeiro plano da consciência os conteúdos que estavam como fundo, promovendo mudanças perceptivas, o que permite a criação de novas formas de lidar com seus problemas e com o mundo. A arte e sua função terapêutica, as abordagens psicoterápicas, a arteterapia e sua aplicação com crianças, a Gestalt Terapia, sua afinidade com a arte e também sua aplicabilidade com crianças são temas desenvolvidos ao longo deste trabalho, para que se possa, finalmente, discorrer sobre a utilização pela abordagem gestáltica de recursos de arteterapia na clínica infantil.

## INTRODUÇÃO

***“Sim, eu quero saber. Saber para melhor sentir, sentir para melhor saber”.***

*(Cézanne, apud Nunes, 1991, p. 87)*

A autora da presente monografia escolheu estudar os efeitos terapêuticos da arte e sua aplicação na abordagem gestáltica pelo fato de ter vivido, fora do contexto psicoterápico, a experiência de crescimento que a arte pode provocar. Em sua infância, teve oportunidade de fazer trabalhos com desenho, artesanato, música e dança, todos de grande significação emocional, que refletem o tipo de pessoa que ela é hoje. Foi seu contato com o teatro, entretanto, que mudou definitivamente sua vida. Envolveu-se com o teatro a partir dos 12 anos e hoje reconhece a importância que este acontecimento teve em sua vida, as experiências que vivenciou e tudo que aprendeu. Tornou-se uma pessoa mais flexível, criativa, sua auto-estima cresceu, sua timidez diminuiu, embora a experiência com o teatro tenha se dado fora do processo terapêutico. Hoje ela é mais comunicativa, compreensiva e assertiva. A autora acredita, então, que aliando o poder transformador da arte às intervenções terapêuticas que promovem autoconscientização e autoconhecimento, tem-se um poderoso recurso para o desenvolvimento das potencialidades humanas e transformação das pessoas.

Escolheu fundamentar a importância da arte como recurso terapêutico sob o enfoque da Gestalt Terapia, devido à sua afinidade com esta abordagem e à proximidade entre as características do processo terapêutico nesta abordagem com as características do processo criativo em todas as formas de arte. Decidiu limitar o estudo à clínica infantil devido à sua paixão pelas crianças, à sua imensa curiosidade

pelo universo das mesmas e pela admiração que possui por essas pequenas pessoas em formação, o que lhe provoca uma imensa vontade de ajudá-las.

A psicologia clínica tem progredido muito nos últimos tempos. Novas formas de trabalho têm surgido e novas linhas terapêuticas. A Gestalt Terapia é uma das linhas que mais tem crescido no Brasil. Neste tempo, sem modelos ou parâmetros, Perls, fundador desta abordagem, é atualíssimo. Pressupostos gestaltistas como a responsabilidade de cada um por sua vida, o auto-suporte e o aqui e a agora, diante de um futuro pouco previsível, podem servir de base para a redescoberta do potencial interno do ser humano, para a orientação do caminho de cada um, a partir de si mesmo.

A Gestalt Terapia é uma das abordagens da atualidade que mais abrem espaço para recursos alternativos no espaço terapêutico, com o objetivo de ampliar a consciência do cliente. A arte é um recurso riquíssimo de expressão, característica que foi bem aproveitada pela arteterapia. Um aspecto interessante é que este recurso encontra grande afinidade com os princípios gestálticos, sendo útil para o terapeuta estabelecer contato com seu cliente, ampliar sua consciência e promover novas percepções, possibilitando a criação de novas maneiras de lidar com os problemas e com o mundo.

Na clínica infantil, geralmente são utilizados recursos lúdicos no processo terapêutico, visto que brincar é o meio natural de expressão das crianças. A arte, contudo, não deixa de ser um recurso lúdico, além de ser uma via de expressão tão poderosa quanto a brincadeira, visto que as crianças adoram e se entregam ao que estão fazendo, estão abertas a experienciar coisas novas e ainda se encontram em processo de crescimento. A arte pode auxiliá-las em seu desenvolvimento motor, cognitivo e afetivo, além do desenvolvimento de sua criatividade.

Atualmente diversos terapeutas estão utilizando tais recursos em seus consultórios, falando sobre sua aplicabilidade e dos resultados surpreendentes que têm alcançado. Poucos estudos, entretanto, têm sido feitos nesta área e o material publicado é escasso. Grande parte do material existente se refere a outras linhas terapêuticas, especialmente à Junguiana, que ignoram o trabalho com crianças. O que há sobre a relação entre Gestalt e Arte são pouquíssimos livros e alguns

periódicos. Sobre a utilização de recursos artísticos na terapia infantil, o material é ainda mais raro.

Diante de tal realidade, uma pesquisa nesta área pode trazer novas idéias para a prática clínica, enriquecendo o processo terapêutico por meio da criação de novas técnicas psicoterápicas. Quanto maior a informação sobre esta área, maior o aproveitamento que terapeuta e cliente obterão das vivências artísticas em terapia. Conhecendo-se profundamente a maneira pela qual a arte pode facilitar o processo terapêutico de uma criança e que recursos podem ser utilizados neste sentido, muitos ganhos serão conseguidos, principalmente no que diz respeito ao tempo da terapia.

Este trabalho visa, portanto, estudar o valor terapêutico da arte na clínica infantil sob o enfoque da Gestalt Terapia, enfatizando os recursos que a arte disponibiliza para fins terapêuticos e como tais recursos são úteis neste contexto.

Neste sentido, o trabalho foi estruturado da seguinte maneira: no primeiro capítulo foi estudada a relação entre arte e psicoterapia, explorando as definições e as características de ambas, descrevendo as principais abordagens terapêuticas da atualidade e explicando o valor da arte nesta área de aplicação. No segundo capítulo foram estudadas a história, a definição e a utilização da arteterapia, destacando-se sua aplicabilidade com crianças. No terceiro capítulo a teoria da Gestalt Terapia foi esclarecida, comentada em suas afinidades com a arte, suas particularidades no atendimento clínico infantil e a utilização da arte nesta abordagem com crianças. No quarto capítulo, por fim, são apresentadas as considerações finais e conclusões sobre o assunto.

## DESENVOLVIMENTO

### I. Arte e psicoterapia

*“Criando, o homem se recria”.*

*(Ostrower, 1997, apud Salgado, 1999/2000, p. 31)*

#### 1.1 A arte e o artista: definições e características

*“Arte é, antes de tudo, transbordamento de vida interior” (Andrés, 1966, p. 20)*

A palavra arte, segundo o dicionário Houaiss (2003), possui seis diferentes significados: ardil, artifício ou astúcia; habilidade, dom ou talento; maneira, forma ou jeito; ofício, conhecimento, profissão ou técnica; perfeição, beleza ou requinte; e, por último, travessura ou diabrura. Todas estas definições serão abordadas no decorrer do trabalho.

Benedetto Croce (1866 – 1952) desenvolveu uma teoria segundo a qual a arte nasce a partir do momento em que o artista percebe seus sentimentos e os converte em imagens. Tal percepção se constitui em expressão sentimental ou emotiva e prescinde dos conceitos abstratos e gerais, essenciais ao conhecimento científico e filosófico. (Nunes, 1991)

Segundo Croce (apud Nunes, 1991), a arte se diferencia de outras manifestações do espírito pela predominância significativa de sentimentos e emoções. Por isso, para ele, o processo de criação artística é essencialmente o da poesia lírica e, sendo assim, o fundamental é o sentimento vivido pelo artista, independentemente do tipo de arte com que se esteja lidando. A arte, entretanto, não

se configura como uma simples vivência de sentimentos; o artista excede a expressão natural (psicológica) de suas emoções, criando uma obra que a exprime.

Ainda de acordo com Croce, não existe expressão artística sem que as vivências do artista, os sentimentos e emoções por ele experimentados e os conteúdos de sua consciência se concretizem numa forma, sem que suas percepções se transformem em imagens. Nas palavras deste filósofo, a arte “é a única que verdadeiramente expressa, isto é, que dá forma teórica ao sentimento e o converte em palavra, canto e figura”. (Nunes, 1991, p. 75)

Collingwood (1889 – 1943) compartilha desta mesma idéia quando diz que a arte é, em sua essência, expressão de emoções. A função da obra de arte é transmitir os efeitos da vivência do artista. Ruskin (1819-1900), por outro lado, afirma que a arte é o transmissor não só das emoções, mas também das idéias do artista, o qual se utiliza de certos recursos formais de maneira apropriada, para dar ênfase ou força ao pensamento, e que, por si mesmos, não são parte do significado da obra. A forma não passa da roupagem sensível com que a imaginação obriga o artista a exteriorizar a sua vivência, que é tanto mais artístico quanto mais elevado for. (Nunes, 1991)

Verifica-se a emergência de significados nos gestos e nas palavras, na expressividade das linhas e cores na pintura e nas estruturas sonoras das composições musicais graças à atividade intencional da consciência, que precede o pensamento conceptual lógico. De acordo com o ponto de vista fenomenológico de Edmund Husserl, intencionalidade não quer dizer ação voluntária, determinada por afins, é a direção da consciência para os objetos, tomada de acordo com um sentido intrínseco, precedendo à elaboração do pensamento lógico e discursivo, como a percepção. (Nunes, 1991)

*Arte é vivência e autenticidade criadora, é emoção diante da obra a realizar. Não importa que o seu destino seja de utilidade imediata ou não, que sua finalidade seja social, política ou religiosa, ela sempre partirá de um impulso vital ou não será arte. E poderemos compreender então as palavras do grande mestre russo Kandinsky : “Cada quadro encerra misteriosamente toda uma*

*vida, uma vida com seus sofrimentos, suas dúvidas, suas horas de entusiasmo e de luz.” (Andrés, 1966, p. 21)*

Também para Andrés (ibidem), a arte é fruto de processos da consciência, os quais antecedem a percepção e o pensamento elaborado e comenta que a idéia criadora é uma emoção que aos poucos se torna mais clara até chegar à consciência, é uma iluminação intuitiva e repentina. Motiva o artista a realizar a sua obra e, assim, ele descobre algo que sempre o inquietava e que se achava adormecido em sua alma. Acrescenta que a arte, como forma de expressão do ser humano, possui funções de comunicação e linguagem simbólica. É, portanto, um produto da observação e da intuição, do consciente e do inconsciente, do conhecimento e da emoção, do talento e da técnica, da criatividade.

Segundo este autor, o poeta Rainer Maria Rilke escreveu sobre a experiência artística o seguinte parágrafo, que pode aplicar-se a qualquer outra forma de arte:

*Versos não são, como tanta gente imagina, simplesmente sentimentos – são experiências: é preciso ver muitas cidades, homens e coisas, conhecer o vôo dos pássaros e o gesto das flores, quando se abrem pela manhã; voltar em pensamento aos caminhos das regiões desconhecidas, aos encontros inesperados, às separações já de longe previstas, às doenças da infância carregadas de profundas e graves transformações, aos dias fechados ou de sol, às manhãs de vento ao mar, às noites de travessia e de fuga. E tudo isto não basta. É preciso também, as memórias das vivências passadas e mesmo estas não bastam. Pois é preciso também saber esquecer-las, quando são muitas, e ter-se a imensa paciência de esperar que voltem novamente. E, quando então tudo tiver retornado dentro de nós, como o sangue, a brilhar e a gesticular sem se distinguir de nós mesmos, só então pode acontecer que, na hora rara, a primeira palavra de um poema se levante no meio daquelas experiências e delas prossiga. (Andrés, 1966, p. 23)*

Ao escolher o material de sua obra de arte, seja uma cor, um gesto, um som ou uma palavra, o artista revela ao mundo algo que lhe pertencia, parte de sua vida que partilha na forma criada por ele. Andrés (1966, p.24) salienta que “são suas

paixões, seus dramas. São suas primeiras impressões da infância, o despertar para o mundo, as inquietações da adolescência, os sonhos e arrebatamentos da mocidade, a plenitude da idade madura. É a alegria do primeiro filho que nasce, as noites de vigília à beira do berço, a capacidade humana e natural de poder dar-se a alguém.” A vivência artística é o resultado de uma vida interior intensa, onde os acontecimentos possuem um valor eterno.

O artista possui uma preocupação estética em relação à arte. Qualquer que seja seu trabalho – música, pintura, teatro, escultura, etc. – sempre irá buscar o belo, transmitindo sua mensagem de forma harmônica e agradável aos olhos de quem vê ou aos ouvidos de quem ouve. Além da técnica de que o artista possui para realizar seu trabalho, talvez esta também seja uma diferença entre um artista e um não-artista que faz um trabalho de arte: o primeiro tem o talento para a estética, para realizar um trabalho não apenas rico em conteúdo, mas também rico em beleza. (Langer, 1953)

Na opinião de Bosi (2001), a arte é um fazer, é um conjunto de ações pelos quais se transforma a matéria oferecida pela natureza e pela cultura. De acordo com ele, qualquer atividade humana conduzida regularmente a um fim pode ser chamada de artística.

Vibranovski (2002) define o artista como a antena de seu tempo, que capta o que vê e o que sente, processa internamente e exhibe, por meio de sua obra, a sua visão de mundo. Acrescenta que muitas pessoas evitam se manifestar artisticamente acreditando que não possuem talento. Entretanto todos os seres humanos têm a possibilidade artística, que pode aparecer em qualquer tipo de expressão, seja pintura, teatro, literatura, música, etc, ou mesmo nos trabalhos cotidianos ou ainda nas relações com outras pessoas.

*Ser artista é uma possibilidade que todo ser humano tem, independente do ofício, carreira ou arte. É uma possibilidade de desenvolvimento pleno, de plena expressão, de direito à felicidade. A possibilidade de ir ao encontro de si mesmo, de sua expressão, de sua felicidade, de sua plenitude, liberdade, fertilidade é de todo e qualquer ser humano. Isso não é privilégio do artista, é um direito do ser humano – de se livrar de seus papéis, de exercer suas*

*potencialidades, e de se sentir vivo. Todo mundo pode viver sua expressão sem estar preso a um papel. As pessoas podem ter relações criativas, férteis e de transformação com o mundo, a realidade, a natureza, a sociedade. O homem não está condenado a ser só destruidor, consumista, egoísta como a sociedade leva a crer. (Hadaad apud Vibranovski, 2002, p. 131)*

Desse modo, existe arte em tudo aquilo que é criado pelo indivíduo espontaneamente e como forma de manifestação de sua própria singularidade, sendo, portanto, inevitavelmente original. Neste aspecto relativo à expressão do que é próprio de cada indivíduo, Andrès (1966) diz que “a arte é um ponto de contato entre os homens; por meio dela há uma comunicação maior de alma para alma”. (p.31) Assim, há um encontro de sensibilidade que alia espectador e artista, aproximando o primeiro do sentimento transmitido pela obra de arte.

Embora o artista realize um trabalho externo, a ação criativa é um trabalho interno. Parece existir uma correlação entre o fora e o dentro. Conforme as idéias e pensamentos se transformam em uma forma concreta, criada na matéria, algo também se materializa dentro. É um trabalho de recuperação: encontra-se os fragmentos em desordem, junta-se os mesmos e os organiza. Agir criativamente não passa da percepção dos pressentimentos e sentimentos intuitivos seguida da ação espontânea sobre os mesmos. (Vibranovski, 2002)

O mesmo autor lembra a lei química de Lavoisier, segundo a qual “na natureza nada se cria, tudo se transforma” e faz um paralelo com o ato criativo. Este seria o encontro de duas ou mais idéias conhecidas formando uma nova. Assim sendo, é importante prestar atenção às idéias que correm pelo mundo, escutar as pessoas, ler, compreender e somar. A criatividade explora regiões desconhecidas, traz novos conhecimentos a respeito de si próprio e do mundo, amplia a consciência e traz liberdade de escolha, permitindo mudanças.

*O ser humano é por natureza um ser criador. Não há outro caminho para se viver, aprender e procurar compreender o mundo a não ser criativamente. Já por esta razão – e não por qualquer sofisticação artificial – a criatividade deve ser vista como um comportamento natural e normal das pessoas. E mais, ela*

*é um potencial cuja realização se torna uma necessidade interior, condição imprescindível ao amadurecimento e desenvolvimento em termos humanos. (Ostrower, apud. Vibranovski, 2002, p. 130)*

Marta Raham (apud Vibranovski, 2002, p. 134), comenta a importância e a singularidade do ato criativo: “Existe uma vitalidade, uma força vital, uma energia, uma vivacidade que é traduzida em ação por seu intermédio, e como em todos os tempos só existiu uma pessoa como você, então essa expressão é única. Se você a bloquear, ela jamais voltará a se manifestar por intermédio de qualquer outra pessoa, e se perderá. Sendo assim, CRIEMOS”.

## **1.2. As abordagens psicoterápicas: definições e características**

*“O que é que existe em um termo, exceto o significado que lhe atribuímos?” (Moreno apud Aguiar, 1990, p. 78)*

A psicoterapia é um campo do saber que estuda o homem e seu modo de existir no mundo. É uma forma de conhecimento não sistemática, não controlável ou previsível, sendo que progresso científico e eficácia não caminham necessariamente juntos. Trata dos sofrimentos psíquicos por meios essencialmente psicológicos. De acordo com o processo utilizado, a psicoterapia visa o desaparecimento de um sintoma incômodo para o paciente ou recompor o conjunto de seu equilíbrio psíquico, enfocando seu modo de existir no mundo. (Doron & Parot, 1998; Porchat, 1982)

As diversas abordagens psicoterápicas, seguindo seu próprio referencial teórico-prático, mostraram sua funcionalidade. Um terapeuta, ao tratar seu cliente, atua segundo uma concepção de homem e segundo o homem que é – sua sensibilidade, intuição, emoções e fantasias, que fazem parte dele. (Porchat, 1982)

De acordo com Bock, Furtado & Teixeira (1999), diversos autores consideram como as três mais importantes tendências teóricas da psicologia o Behaviorismo, a Psicanálise e a Gestalt Terapia. Os primeiros têm um embasamento conceitual muito mais complexo e diferenciado que outras formas de psicoterapia. A Gestalt Terapia,

por sua vez, surgiu juntamente com outras linhas pelo rompimento com as primeiras, que eram as duas grandes tendências da psicologia até então.

O Behaviorismo ou comportamentalismo tem como objeto de estudo o comportamento humano. Define o fato psicológico de modo concreto, a partir da noção de comportamento. Foi iniciado por Watson em 1913 e dava a esta ciência a consistência que os psicólogos da época buscavam: um objeto observável, mensurável, cujos experimentos poderiam ser reproduzidos em diferentes condições com diferentes sujeitos. Estas características foram essenciais para que a psicologia rompesse sua tradição filosófica, alcançando o status de ciência. Buscava-se a construção de uma psicologia livre de métodos subjetivos e que tivesse a capacidade de prever e controlar. (Bock, Furtado & Teixeira, 1999)

Segundo os autores (op.cit.), atualmente o comportamento é entendido por esta abordagem como uma interação entre a ação do sujeito e o ambiente onde esta ação acontece. O Behaviorismo se dedica, portanto, ao estudo das interações entre o indivíduo e o ambiente, ou seja, entre suas respostas e os estímulos do meio. O homem é estudado a partir de suas interações com o ambiente, sendo tomado como produto e produtor dessas interações.

A psicoterapia behaviorista visa a modificação do comportamento indesejado do cliente por meio da observação de seus comportamentos públicos e privados, ou seja, aqueles a que se tem acesso visivelmente e aqueles a que se tem acesso somente por meio das verbalizações do sujeito. Verifica-se em que contingências o cliente emite tal comportamento, observando-se seus antecedentes e conseqüentes, e identificando-se o que mantém tal comportamento, para que se possa assim, modificá-lo.

Bock, Furtado & Teixeira (1999) afirmam que a Psicanálise, por sua vez, quebrou a tradição da psicologia como ciência da consciência e da razão, postulando o inconsciente como objeto de estudo e recuperando a importância da afetividade. Foi fundada por Freud, que mudou radicalmente a concepção da vida psíquica, ousando colocar processos misteriosos do psiquismo como problema científico.

De acordo com os autores (op.cit.), no livro "A interpretação dos sonhos", Freud divulgou sua primeira concepção sobre a estrutura da personalidade, em 1900.

Postulou a existência de três instâncias psíquicas: o inconsciente, o pré-consciente e o consciente. O primeiro é constituído por conteúdos reprimidos cujo contato seria insuportável para o indivíduo e que por isso não têm acesso às outras instâncias. O segundo refere-se ao sistema do aparelho psíquico constituído por conteúdos acessíveis à consciência e o terceiro é o sistema que recebe simultaneamente as informações do mundo exterior e do mundo interior.

Baseado em seus estudos clínicos sobre a neurose, Freud observou que grande parte dos conteúdos reprimidos referia-se a conflitos de cunho sexual, desenvolvidos a partir dos primeiros anos de vida do indivíduo, o que o levou a colocar a sexualidade no centro da vida psíquica e a postular a existência da sexualidade infantil. (Bock, Furtado & Teixeira, 1999)

Segundo os autores (ibidem), são os conteúdos inconscientes que determinam, em grande parte, o comportamento humano – as dificuldades para viver, o mal-estar e o sofrimento. A característica essencial do trabalho psicanalítico é, portanto, a interpretação dos conteúdos inconscientes e sua integração à consciência. O objetivo desta corrente é o autoconhecimento, que torna possível ao homem lidar com seu sofrimento, criar mecanismos de superação de dificuldades e dos conflitos, rumo a uma produção humana mais autônoma, criativa e gratificante de cada indivíduo.

Bock, Furtado & Teixeira (1999), colocam a Gestalt Terapia como a terceira grande vertente da psicologia. Como o Behaviorismo, estuda o comportamento humano, contudo considera a necessidade de se compreender o homem como uma totalidade.

A teoria da Gestalt é baseada em estudos psicofísicos que relacionaram a forma e sua percepção. Os estudos foram iniciados na tentativa de compreender os processos psicológicos referentes à ilusão de ótica, quando o estímulo físico é percebido pelo indivíduo com uma forma diferente da real. Desta forma, os teóricos da Gestalt começaram a questionar a relação de causa e efeito entre estímulo e resposta postulada pelo behaviorismo, pois entre o estímulo oferecido pelo meio e a resposta do indivíduo encontra-se o processo de percepção, segundo os gestaltistas.

O objeto percebido e como é percebido são dados fundamentais para a compreensão do comportamento humano. (Bock, Furtado & Teixeira, 1999)

Os mesmos autores comparam a Gestalt Terapia com o Behaviorismo. Enquanto este estuda o comportamento por meio da relação estímulo-resposta, na tentativa de isolar o estímulo correspondente à resposta esperada e desconsiderando os conteúdos da consciência, que não são controláveis cientificamente, a Gestalt Terapia estuda o comportamento em seus aspectos mais globais, considerando as condições que alteram a percepção do estímulo.

De acordo com a Gestalt Terapia, a relação organismo-meio se dá através do contato, no sentido de obter auto-realização. Esse processo de auto-realização orgânica se dá através de um ciclo espontâneo, que é o processo existencial básico de toda experiência humana consciente. Os problemas surgem a partir da interrupção do contato com qualquer aspecto da realidade interna ou externa, na medida que tal interrupção acontece devido a uma evitação de contato com alguma experiência de conflito ou sofrimento.

O processo terapêutico visa a vivência plena e a compreensão ampla do problema que a pessoa vive atualmente, de uma situação mal resolvida no passado ou de uma perspectiva incerta de futuro que emerge espontaneamente no presente. É a vivência no aqui e agora da experiência conflituosa que possibilita novas maneiras de lidar com o problema.

Além destas três grandes vertentes da psicologia, existem outras importantes que merecem serem comentadas.

Criado por Jacob Levy Moreno, o Psicodrama é baseado na idéia de que todo homem ao se relacionar com as pessoas e com o mundo, tem a capacidade de fazê-lo de forma espontânea, isto é, adequada e sintônica com o momento, dando respostas criativas a novas situações. Segundo esta teoria, a verdadeira ação espontânea equivale à criação e desempenho de papéis correspondentes a modelos próprios de existência. Toda ação, portanto, ocorre através da interação de papéis. Próximo ao pensamento da Gestalt Terapia, o Psicodrama postula que o homem age segundo a imagem que tem de si mesmo, das pessoas à sua volta e de suas reações com estas. Para que um indivíduo aja de forma espontânea, é fundamental

que haja um entendimento dele com ele mesmo e com o outro. Para que modifique uma situação ou estabeleça uma nova, é necessária a criação. Para Moreno, a criatividade é indissociável da espontaneidade. Esta é um fator que permite ao potencial criativo atualizar-se e manifestar-se. (Ribeiro et al., 2002)

Segundo os mesmo autores, Moreno acredita que “a dramatização é o método por excelência para o autoconhecimento, o resgate da espontaneidade e a recuperação de condições para o inter-relacionamento. É uma possibilidade de entrar em contato com os conflitos inconscientes”. (p. 218) Em uma sessão de Psicodrama determina-se um protagonista, isto é, o sujeito que emerge para ação dramática. O objetivo da sessão é facilitar a ele o encontro com papéis que vem evitando ou desempenhando sem espontaneidade. Provocando uma catarse mental produzida pela espontaneidade, a proposta do Psicodrama é a recuperação da espontaneidade e da criatividade prejudicadas ou perdidas. O terapeuta trabalha, portanto, favorecendo o desenvolvimento e a maturação das potencialidades do cliente, resgatando a espontaneidade por meio da catarse e da técnica psicodramática.

Outra linha teórica da psicologia que deve ser considerada é a fundada por Carl Rogers: a Abordagem Centrada na Pessoa. Desenvolveu sua teoria com base, principalmente, em sua prática clínica. Para ele, o comportamento humano é racional e tem capacidade de evoluir em direção aos objetivos que seu organismo se esforça para atingir. Rogers, portanto, nega a concepção de um homem irracional, cujos impulsos, quando não controlados, levam à destruição. A pessoa é responsável pela sua vida, sendo capaz de mudá-la, alterando conscientemente e racionalmente seus pensamentos e comportamentos inadequados. (Ribeiro et al., 2002)

Os autores (op.cit.) dizem que, para a Abordagem Centrada na Pessoa, o homem possui uma tendência inata para atualizar suas potencialidades. Desta forma, sua teoria da personalidade se concentra na atualização do eu. O impulso para a auto-atualização é inato e as interferências positivas ou negativas nesse processo acontecem a partir da infância e por meio da aprendizagem. A auto-atualização é, portanto, o nível mais alto de saúde psicológica, pois concebe as forças em direção à saúde e ao crescimento como inerentes ao organismo.

A partir desta concepção de que o homem possui a capacidade, ao menos latente, de compreender os fenômenos de sua vida que lhe causam sofrimento e reorganizar-se para superar tais problemas, Rogers acredita que à terapia cabe libertar a pessoa para um crescimento e desenvolvimento normais. O cliente é capaz de compreender sua situação com o mínimo de interferência do terapeuta, ao contrário da visão de homem como um organismo passivo a ser manipulado. O cliente é responsável pela direção da terapia. O papel do terapeuta é de aceitar e compreender o indivíduo, expressando-se verdadeiramente e sendo autêntico. (Ribeiro et al., 2002)

Outras linhas da psicologia existentes atualmente são a Psicologia Analítica, a Cognitivista, a Análise Transacional, a Existencial, a Transpessoal, etc.

Segundo Porchat (1982), independentemente da linha terapêutica escolhida, existem elementos que estão sempre presentes no processo terapêutico. Um deles é o fato de que o que o cliente manifesta em terapia não se dá em transparência absoluta. Muitas vezes faltam em seu relato elementos que possibilitariam a ele e ao terapeuta compreender o que se passa. Estes elementos, embora não estejam no campo atual da consciência do cliente, não são difíceis de serem recuperados. Seriam vivências, lembranças, emoções que completariam e esclareceriam o relato feito pelo cliente. Outras vezes, pode ser que tudo a ser percebido esteja presente no conteúdo manifesto e que nada tenha sido previamente selecionado, entretanto o paciente vê sua realidade psíquica apenas através de uma certa ótica. Neste caso, embora todos os elementos da problemática que está sendo tratada estejam presentes no campo da consciência atual, o paciente enfoca ou apreende apenas alguns deles, diminuindo assim sua compreensão. Esses dois modos do paciente atuar são momentos intercambiantes do seu comportamento na situação psicoterápica. Em ambos os casos está em uma armadilha. No primeiro se encontra confuso e não consegue entender o que acontece consigo por falta de elementos. No segundo, embora os elementos estejam presentes, a forma em que são agrupados não traz solução.

O terapeuta seleciona e discrimina o que ouve, além de considerar que há coisas que o cliente não diz, que podem aparecer em seus gestos ou em seu olhar,

mas não no seu discurso. O cliente, por sua vez, também seleciona, discrimina e encobre na compreensão de si mesmo. Desta forma, uma boa compreensão da realidade psíquica do cliente está vinculada a um processo de expansão da apreensão da mesma, ou seja, selecionar menos e se permitir compreender o que, por várias razões, foi deixado de lado. (Ribeiro et al., 2002)

Estes autores acrescentam que as terapias que consideram o não dito nesse contexto de uma apreensão seletiva têm duas alternativas. Uma delas é a reorganização dos conteúdos presentes no que é revelado. A outra é uma reinserção do que estava ausente. Pode-se dizer, portanto, que o conteúdo manifestado pelo cliente não é a única representação possível e que a intervenção do terapeuta acrescenta outras representações da realidade. Uma comparação interessante é com um caleidoscópio que gira e rearticula de maneiras diferentes as pedrinhas, formando-se novas configurações, ou novas possibilidades de pensar, sentir e atuar. (Ribeiro et al., 2002)

Os autores (op.cit) ainda comentam a especificidade de algumas linhas. Segundo eles, a Psicanálise, embora considere a apreensão seletiva, postula que o discurso do paciente só é por ele compreendido quando lhe é desvendado a realidade do desejo infantil, que se situa no inconsciente. Conforme esta linha, o desejo infantil recalcado é a realidade oculta ao próprio indivíduo e somente pode ser alcançada por meio uma série de associações. Desta forma, os conteúdos inconscientes somente serão reintegrados à vida psíquica consciente quando emergem. Já a Gestalt Terapia e o Psicodrama trabalham com o objetivo de abrir um espaço a conteúdos que se encontram encobertos do próprio cliente, ausentes no campo da consciência.

Outro elemento presente em qualquer processo terapêutico é o vínculo. Este se esboça no mundo interno do cliente desde que decidiu iniciar uma psicoterapia, sendo que o terapeuta parece ser um símbolo de ajuda. O vínculo terapêutico, portanto, possui dois aspectos fundamentais. Enquanto existe a relação real, em que o terapeuta é uma figura física, que se expressa e causa impressão, ou seja, é uma figura real, ele existe também enquanto expectativa, ansiedade e esperança, antes mesmo que o cliente tenha contato com ele. Essas dimensões de realidade e

fantasia encontram-se, desde o início, misturadas entre si. As psicoterapias, todavia, se apóiam ora em uma, ora em outra, quando delimitam as relações entre terapeuta e cliente. (Ribeiro et al., 2002)

A Psicanálise considera o vínculo terapêutico calcado sobre o desejo reprimido do cliente. O terapeuta não passa de um alvo de projeções desse desejo, ocorrendo o que é chamado de transferência. As psicologias humanistas (Gestalt Terapia e Abordagem Centrada na Pessoa, além de outras), colocam em primeiro plano aspectos não transferenciais do vínculo. O terapeuta como uma pessoa real na relação pode enfrentar maior dificuldade em ser neutro e imparcial. Procura atingir este objetivo buscando um contato empático, procurando compreender o cliente de sua própria perspectiva e procura ser espontâneo, criando um clima de liberdade e permissividade na relação. As possibilidades de vínculo terapêutico são bem maiores nessas linhas.

É importante ressaltar que, embora as abordagens da psicologia tenham diferentes concepções de homem e discordem entre si em muitos aspectos, todas possuem o mesmo objetivo de aliviar o sofrimento humano e zelar para que o sujeito possa levar uma vida melhor, lidando de forma mais adequada com seus conflitos e buscando sua felicidade. Todas são dignas de consideração e respeito, visto que têm mostrado sua funcionalidade ao longo dos anos.

### **1.3. A arte como instrumento terapêutico**

*“As leis de construção do discurso interior acabam sendo as mesmas que servem de base para toda a variedade de leis que regem a construção da forma e da composição das obras de arte”.* (Eisenstein apud Bosi, 2001, p. 13)

A utilização de trabalhos de arte como instrumento diagnóstico e terapêutico é uma prática bem mais antiga do que se costuma imaginar. Païn e Andrade (2000) relatam que, desde o final do século XIX, psiquiatras estão interessados na relação entre arte e psiquiatria. O médico psiquiatra Max Simon, em 1876, publicou pesquisas sobre manifestações artísticas de doentes mentais e classificou as

patologias de acordo com suas produções. Depois dele, diversos autores europeus fizeram estudos a respeito de trabalhos artísticos de doentes psiquiátricos, entre eles destacaram-se Morselli em 1894, Julio Dantas em 1900 e Fursac em 1906. No final do século XIX e no início do século XX, Ferri, Charcot e Richet também se interessaram e estudaram o assunto.

Em 1906, Mohr comparou trabalhos produzidos por doentes mentais, pessoas normais e grandes artistas, e pôde observar a manifestação de histórias de vida e conflitos pessoais. Levantou a possibilidade de se utilizar desenhos como testes, para se estudar os diversos aspectos da personalidade. Muitos autores de testes inspiraram-se nas idéias de Mohr, entre eles Rorschach, Binet-Simon e Bender. Paralelamente, pedagogos inovadores encorajaram a expressão criadora na criança, praticando os métodos de pedagogia ativa, como Decroly, Freinet, Montessori, Rudolf Steiner. (Païn e Andrade, *ibidem*)

Os autores (*op.cit.*) acrescentam que no início do século XX, Freud tornou possível a análise das manifestações inconscientes nas obras artísticas, por meio dos seus estudos sobre artistas e suas obras, as quais analisou baseado em suas idéias de psicanálise. Colocou que o inconsciente se manifesta por meio de imagens, sendo uma comunicação simbólica com função catártica. Acrescentou que tais imagens escapavam da censura da mente mais facilmente que as palavras, transmitindo mais diretamente seus significados. Assim, a arte passou a ter valor como observação terapêutica, com possível uso diagnóstico. Apesar de tudo, Freud ainda considerava a palavra o principal veículo entre a imagem e a realidade.

A arte foi introduzida ao tratamento psicológico por Jung, na década de 20 do século passado, pedindo aos seus clientes que fizessem desenhos representando imagens de sonhos, de situações conflitivas, etc. Jung considerava essas imagens como uma simbolização do inconsciente individual ou, muitas vezes, do inconsciente coletivo, decorrente da cultura humana nas diversas civilizações. Ele reunia aspectos comuns de diversas culturas e mitologias e estudava seus símbolos, criando o conceito de arquétipo - fonte de alimentação do psiquismo do homem primitivo ao moderno. (Andrade, 2000)

De acordo com este autor, muitos trabalhos foram feitos baseados nos pensamentos de Freud e Jung até que, em 1941, Margaret Naumburg sistematizou a arteterapia. Baseava-se na observação de Freud, cujos pacientes relataram que seria mais fácil desenhar um sonho do que contá-lo. As imagens, por serem mais diretas e inteiras e, por isso, completas, seriam precursoras das palavras. Seu trabalho é denominado arteterapia de orientação dinâmica. Basicamente, procura estabelecer um diálogo entre consciente e inconsciente, inspirado no conteúdo manifestado no trabalho artístico.

Continuando com o processo histórico da arte enquanto meio de facilitação da auto-expressão do cliente em terapia, Andrade (2000) diz que em 1972, Françoise Dolto trabalhou integrando pediatria e psicanálise com crianças. A autora acredita que o desenho permite entrar-se no âmago da afetividade. A criança expressa-se por meio da imagem e da palavra, enquanto o terapeuta utiliza-se de uma linguagem simbólica para falar ao inconsciente. Seu trabalho também é considerado importante para o desenvolvimento cognitivo, motor e afetivo.

Janie Rhyne introduziu os princípios da Gestalt Terapia em 1973. Seu trabalho prioriza a atenção na vivência do presente, a consciência dos atos e o reestabelecimento da confiança nos dados da experiência pessoal. Em 1974, Natalie Rogers aplicou os princípios da abordagem centrada na pessoa ao seu trabalho de arteterapia, criando o que chamou de conexão criativa. Propôs a utilização de diversas formas de arte, como teatro, dança, mímica, música, pintura, modelagem, poesia. Seu objetivo é facilitar a compreensão do cliente, sem a prática de qualquer tipo de interpretação.

Assim surgiram outras terapias, menos caras e menos constrangedoras do que as tradicionais, como as terapias de grupo e familiares, o psicodrama e as diversas técnicas de mediação artística: musicoterapias, dançoterapias e terapias através da expressão plástica. (Païn & Jarreau, 2001)

A respeito da mediação artística pode-se dizer que a manifestação de sentimentos depende de uma fonte de energia e um signo que a veicula ou encerra, uma força que se exprime e uma forma que a exprime. Esta forma de expressão pode ser a palavra, o corpo, um som, um movimento, um traço ou alguns destes

associados a outros. Hegel (1956, apud Bosi, 2001) chamava de expressão precisamente esse tecido, audível, visível: esse existir sensível inerente a todo fenômeno simbólico. Por isso a arte pode ser um importante mediador no processo terapêutico.

De acordo com Merleau Ponty (1984, apud Andrade, 2000), a expressão não é a tradução de um pensamento claro, pois estes já foram ditos por alguém. Apenas uma febre vaga precede a expressão e somente a obra realizada e compreendida é capaz de provar que havia mais a ser detectado do que era esperado.

*Segundo a fenomenologia, o sentido vivo que eletriza a palavra e a imagem não é a causa determinante da existência destas. A expressão e o seu significado formam-se em um processo de mútuas atrações. E os graus de transparências dessas relações são diversos. Raro é o fenômeno evidente por si mesmo. (Bosi, 2001, p. 54)*

Para Rosário (2002), a arte, sob o ponto de vista de seu valor terapêutico, corresponde a tudo o que expressa, de forma estética, algum conteúdo de um indivíduo. Quando um adulto diz que uma criança “fez arte”, refere-se a uma travessura. Portanto, “fazer arte é liberar o que há de mais espontâneo em nós. É estar mais perto de nossa essência individual.” (p. 162)

O funcionamento humano é envolvido em uma atividade artística nos níveis cognitivo, emocional, sensório-motor e intuitivo. Dentro de uma visão sistêmica, pode-se inferir que a cognição, a emoção, a percepção e a imaginação são mutuamente co-ativados, tornando potencial que a arte revele e transforme. Além disso, a sensibilidade e a intuição são bastante mobilizados durante uma atividade artística, como se permitisse o estabelecimento de contato com níveis mais intuitivos e sensíveis do funcionamento humano, possibilitando ao indivíduo maior contato consigo mesmo e com o mundo. (Ciornai, 1994)

A arte é uma atitude criativa, uma fonte inesgotável de ampliação da consciência, uma conexão com o desconhecido. “A ação criativa estimula a pulsação de vida que cada um tem dentro de si. E a vida é, de fato, a maior e mais completa ação criativa”. (Vibransovski, 2002, p. 140)

Na opinião de Rosário (2002), não se faz mais arte porque se vive em uma sociedade cartesiana, onde ego e mente são uma coisa única. As outras partes que compõe o homem, como o corpo e os afetos, são relegados a um plano inferior e utilizadas atendendo às demandas do ego. A percepção é a primeira prejudicada, pois desde muito cedo o homem é condicionado a substituir rapidamente as informações sensoriais por signos, que são seus equivalentes mentais, e podem ser mais facilmente manipulados pelo intelecto e integrados ao senso de realidade puramente conceitual. Inteligência nada mais é do que a rapidez nesta troca. Entretanto, ao abandonar suas sensações, o ser humano lesa duas de suas funções mais importantes.

Ninguém vive indiferente ao que percebe, qualquer objeto ou situação causa certa atração ou repulsa, o que permite que dois entes possam se combinar formando um terceiro mais belo e mais completo. Aquele que consegue reconhecer as afinidades e potencialidades para a criação de novos todos a partir do que já existe chama-se artista. Pensando por um outro lado, usa-se a imaginação para dar forma às nossas demandas subjetivas - por exemplo, quando uma pessoa sente fome, imagina algum alimento de que gosta muito. (Rosário, *ibidem*)

A percepção é, portanto, mais uma conexão com os afetos, mas pouco utilizada atualmente, pois as pessoas nem percebem mais se gostam ou não das coisas e fazem escolhas de acordo com os valores impostos pela cultura vigente. Por todas essas razões, a utilização de recursos artísticos em terapia é um excelente exercício para promover o resgate do contato direto com a realidade, desenvolvendo a afetividade e imaginação do cliente. Herbert Read (*apud* Pereira, 1976) definiu arte como “uma tentativa de reverter da desintegração induzida pela civilização para modos orgânicos de existência”. (p. 92)

Vigotski (1999, *apud* Golinelli, 2002) complementa esta idéia dizendo que “a arte é a mais importante concentração de todos os processos biológicos e sociais do indivíduo na sociedade, é um meio de equilibrar o homem com o mundo nos momentos mais críticos e responsáveis da vida”. (p. 204)

Pereira (1976) comenta que o processo criativo foi negligenciado, desconhecido de seus pormenores. Somente recentemente a preocupação com o

momento de criação tornou-se objeto de estudos. A opinião baseada em teses freudianas de que a arte e a criatividade pertenciam ao nível primário de comunicação e, portanto, eram dominadas por processos de pensamentos arcaicos e irracionais, era muito tradicional.

*Os processos criativos são processos construtivos globais. Envolvem a personalidade toda, o modo da pessoa diferenciar-se dentro de si, se ordenar e relacionar-se com os outros. Criar é tanto estruturar quanto comunicar-se, é integrar significados e é transmiti-los. Ao criar, procuramos atingir uma realidade mais profunda do conhecimento das coisas. Ganhamos concomitantemente um sentimento de estruturação interior maior; sentimos que nos estamos desenvolvendo em algo de essencial para o nosso ser. (Ostrower, 1993, apud Ciornai, 1994, p. 42)*

A criatividade é diferente do artístico. A primeira, segundo Jung, é um instinto inerente ao ser humano e, portanto, não pode ser privilégio apenas do artista ou do gênio. Este está conectado de forma especial a alguma arte ou ciência, onde manifesta sua criatividade de maneira total, diversas vezes independentemente de sua vontade. Contudo, sendo a criatividade um instinto, ela é comum a todos os seres humanos. (Boechat, 1994)

*Mesmo sem talento artístico, mesmo sem a força egóica de grande vontade, mesmo sem boa sorte, pelo menos uma forma do criativo está continuamente aberto para cada um de nós: a criatividade psicológica. O cultivo da alma: nós podemos gerar a alma. Ou como Jung coloca: “o que pode um homem criar se acontece a ele não ser um poeta?... Se você nada tem a criar, então, talvez, você se crie a si próprio”. (Hillman, 1978, apud Boechat, 1994, p.50)*

Platão (apud Bosi, 2001) afirma em “O Banquete” que o conceito de criação é muito amplo, pois tudo aquilo que passa do não ser ao ser é criação. Portanto, todas as atividades que entram na esfera de todas as artes são criações e seus realizadores são criadores, mesmo que não sejam artistas. Boechat (1994) comenta que a relevância da criatividade ao processo terapêutico é que ela é o cultivo da alma, o “criar-se a si mesmo” e, por isso, contrapõe-se à patologia.

Ainda a respeito de criação, Andrade (2000) diz que o ato de criar e a obra criada expressam a tentativa de solução do choque entre a realidade objetiva e a maneira do indivíduo compreendê-la. As terapias expressivas utilizam imagens, movimentos corporais, dramatizações, canto, linguagem verbal na fala e na literatura, em prosa e verso, para facilitar o processo de auto-conhecimento, a solução de conflitos emocionais e o desenvolvimento pessoal harmonioso da pessoa a quem pretende-se ajudar.

Conforme Pereira (1976), cada expressão artística está relacionada à elaboração de certas ansiedades, sendo que algumas integram melhor o mundo externo, enquanto outras, o mundo interno. São correspondentes ao primeiro a pintura, a modelagem e a atividade literária, enquanto a dança e a música correspondem à segunda. Entretanto, não há exclusão de uma pela outra.

Andrade (2000) afirma que a arte possui uma função essencial para o desenvolvimento humano, pois possibilita a integração de elementos conflitantes, como impulso-controle, amor-agressividade, sentimento-pensamento, fantasia-realidade, consciente-inconsciente. Todas as teorias sobre a função da arte reconhecem nela essa qualidade integrativa inerente, capaz de unir forças opostas na personalidade. Para ele, a função psicológica da arte é a de favorecer a reconciliação das necessidades do indivíduo com as demandas do mundo exterior.

Além desta característica integradora, a arte também é uma forma de comunicação. Bosi (2001) coloca que na dança os gestos não se voltam para o corpo que os executa, mas para a alma do outro. No canto é a voz. Já no drama, na ópera ou no circo, exacerba-se a voz, o gesto, o olhar e os músculos da face, para alcançar-se maior expressividade. No canto e na dança, os sentimentos estão conectados principalmente com os movimentos do corpo, que são gerados praticamente ao mesmo tempo. Já nas artes visuais, amplia-se o hiato. Entre a imagem criada e o gesto da mão que a criou, existe mais do que a expressão de sentimentos, pois existe seu modo de olhar. Qualquer figura é uma afirmação de que o pintor enfrenta uma vivência que o fascina e o transcende – o mundo, a alteridade. O texto musical, por sua vez, é matéria sonora expressiva, energia interior

intencionada que se move em direção determinada. Suas vibrações, carregadas de emoção, configuram o desenho sonoro chamado melodia.

*É dinâmica a relação que se estabelece entre as forças e as formas na obra de arte; é graças ao movimento que passa de umas para as outras, ou melhor, é no interior desse movimento que nasce o ato expressivo: o gesto plástico, a corrente melódica, a frase lírica. (Bosi, 2001, p. 56)*

A energia psíquica, entendida como uma rede interna de vivências, procura formas de liberar-se, que lhe dê um propósito e harmonia. Quando a carga emocional não encontra essas formas, o indivíduo não vivencia uma experiência artística. “Quem chora ainda não está cantando. Ou, na confissão de Paul Klee: ‘Eu crio para não chorar; essa é a primeira e a última das razões.’” (Bosi, 2001, p. 56)

Segundo Pereira (1976), a arte é capaz de canalizar sentimentos. Acrescenta que não há melhor solução para a agressividade natural do homem do que canalizá-la, dar-lhe “armas menos destrutivas, e talvez tão nucleares como as que já temos acumulado pelo mundo afora”. (p. 92)

De acordo com Andrade (2000), a inserção das modalidades de expressão artísticas no processo psicoterápico aumenta a probabilidade de um conhecimento profundo e de uma compreensão mais ampla do indivíduo.

*Diz-se que a arte salva o homem da banalidade do cotidiano. Sua importância está em que através dela uma vida pode abranger um contexto maior, alternando-lhe o ângulo de visão. A arte possui a virtude de aliviar a espécie humana, e por extensão, toda a vida deste planeta de violência, da insensibilidade, do absurdo, da loucura e da miséria, em suas múltiplas e variadas formas. (Trinca, 1988, apud Andrade, 2000, p. 32)*

## II. Arteterapia

***“A expressão livre e espontânea é a exteriorização sem constrangimento das atividades mentais do pensamento, sentimento, sensação e intuição”.***

*(Read, 1956, apud Barcellos, 2002, p.98)*

### 2.1. Definições e características

*“Uma obra de arte não é autêntica ou verdadeira nem em virtude de seu conteúdo, nem em virtude de sua forma ‘pura’, mas porque o conteúdo é tornado forma”. (Marcuse, 1977, apud Païn & Jarreau, 2001, p. 72)*

De acordo com Piñera e Gonzalez (apud Golinelli, 2002, p. 200), a *International Net Working Groups of Art Therapy*, integrando a arte com a medicina, definiu arteterapia como “a unidade harmônica de atividades artísticas e terapêuticas em áreas da saúde do homem”.

Existem, contudo, diversas maneiras de conceituar arteterapia. Uma delas é considerá-la como um processo terapêutico decorrente da utilização de diversas modalidades expressivas no contexto terapêutico. Estas criações artísticas expressam e representam níveis inconscientes da psique, permitindo o confronto, no nível da consciência, destas informações, propiciando *insights* e posterior transformação e expansão da estrutura psíquica. (Philippini, 1998)

A Associação Americana de Arteterapia prefere utilizar o termo “Terapias Expressivas” para denominar o uso mais amplo das diferentes linguagens artísticas e congrega profissionais que usam preponderantemente as artes plásticas como recurso terapêutico, apesar do termo “arte” referir-se de modo geral a distintas linguagens expressivas. (Riley, 1998)

Osório (2002, p. 194) diz que “A arteterapia é um compromisso com a vida, um resgate da saúde através da liberdade de expressão, da possibilidade do ser humano exercer plenamente sua condição de criador e criatura e imprimindo sua marca pessoal no mundo em que vive”.

De acordo com Naumburg (apud Silveira, 1992), a arteterapia é baseada no reconhecimento de que os sentimentos e pensamentos essenciais do homem derivam do inconsciente e muitas vezes é melhor expresso em imagens do que em palavras.

Segundo Païn & Jarreau (2001), existem diversas tendências que orientam o trabalho de arteterapia. Uma delas considera que o efeito terapêutico ocorre somente por meio de trocas verbais em torno do conteúdo da obra, sendo a atividade artística secundária. A criação é utilizada como meio de promover a comunicação verbal ou como a única maneira de estabelecer uma comunicação. O objetivo da atividade artística é tentar tirar o sujeito de seu delírio por intermédio da lei da matéria, conduzi-lo a superar suas dificuldades.

Ciornai (1994), entretanto, coloca que a atividade artística mobiliza energia que traz à tona a carga de emoção referente ao que é relevante ao indivíduo naquele momento, conseqüentemente mobilizando suas funções cognitivas e formando sua consciência. Por isso, a arteterapia é uma abordagem processual. É importante, além de apreciar a forma criativa, acompanhar junto com o cliente o processo de elaboração do fazer. O objeto de arte se modifica em sua estrutura e imagens durante a atividade às vezes de formas irreconhecíveis. Golinelli (2002) concorda afirmando que a viagem empreendida pelo indivíduo por meio dos diversos materiais artísticos propicia efeitos terapêuticos.

Para Fichtner (1997), a arteterapia se baseia em três aspectos: a criação de imagens, o processo criativo da arte e as respostas do indivíduo à sua obra de arte. Por meio da utilização de diversos materiais, a expressão da personalidade do indivíduo em seus diferentes conflitos, revela-se no processo de trabalho e na obra produzida. As imagens criadas, juntamente com o processo vivenciado pelo indivíduo durante a sua criação, serão entendidas dentro do contexto da relação terapêutica. O indivíduo poderá, então, explorar, descobrir e entender suas idéias e sentimentos,

reconciliar seus conflitos emocionais, aumentar sua auto-estima e seu autoconhecimento, resolver problemas, reduzir ansiedades e melhorar sua qualidade de vida. “A arte-terapia trabalha em dois níveis de comunicação: o verbal e o não-verbal. A arte, como um processo sintético, possibilita a coexistência de muitos significados: as imagens são os recipientes primários da existência”. (Fichtner, 1997, p. 306)

A imagem, mais que uma simples cópia psíquica de objetos externos, é uma representação imediata, produto da função imaginativa do inconsciente, que se manifesta de maneira súbita. Possui um sentido particular - a expressão da situação consciente e inconsciente, constelados por experiências vividas pelo indivíduo. Como uma experiência psíquica, muitas vezes a imagem interna é mais importante que as imagens das coisas externas. (Silveira, 1992)

A arteterapia, portanto, é um campo que comporta diferentes linhas teóricas e também diferentes áreas de atuação. Por abranger grande diversidade de campos de atuação, e por ser uma área de especialização, engloba profissionais com formações distintas que terão, igualmente, capacitações profissionais diferentes em sua atuação como arteterapeutas. Encontra, atualmente, aplicação como método terapêutico em consultórios e instituições. Os recursos artísticos podem ser utilizados terapeuticamente em psicoterapia individual, de casal, familiar ou grupal, com crianças, adolescentes ou adultos, em terapias focais, breves ou de longa duração. Também são utilizados seus recursos na prática de ateliê terapêutico, em orientação profissional, vocacional, ocupacional, no atendimento a situações traumáticas ou de crise, em contextos organizacionais, psicopedagogia, trabalhos comunitários, reabilitação, trabalhos de autoconhecimento e desenvolvimento pessoal, trabalhos de cunho profilático, etc. (Andrade, 2000)

“No entanto, comum a todas essas práticas e áreas de atuação, está a crença no potencial terapêutico dos processos criativos, isto é, no potencial das atividades expressivas de mobilizar, facilitar e promover processos de expansão de consciência e transformação interior”. (Riley, 1998, p. 7)

Silveira (1992), Pereira (1976) e outros, destacam a utilização da arteterapia com indivíduos que apresentam psicose, visto que seu campo consciente foi invadido

por conteúdos emergentes das camadas mais profundas da psique e o indivíduo se encontra perplexo, aterrorizado ou fascinado por coisas diferentes do que fazia parte de seu mundo cotidiano. “A palavra fracassa. Mas a necessidade de expressão, necessidade imperiosa e inerente à psique, leva o indivíduo a configurar suas visões, seja em formas toscas ou belas, não importa”. (Silveira, 1992, p. 83)

Estes pacientes não podem ser analisados em terapia senão nos intervalos entre estados em que suas alterações afetivas não podem ser expressas com a clareza que a linguagem exige. Isso implica em só se tratar o paciente fora do “espaço afetivo” em que justamente precisa ser visto e auxiliado. Tais procedimentos podem ser facilitados em muitos casos com a arteterapia, já que a expressão “estado de ânimo puro” estabelece contato eficaz como afeto patológico em si. (Pereira, 1976)

A arteterapia, porém, é também bastante eficaz até com o indivíduo que procurou terapia apenas para solucionar um conflito. Segundo Riley (1998), o ser humano tem a capacidade inata de se expressar por meio de várias linguagens, e as artísticas são muitas vezes especialmente adequadas à expressão e elaboração de suas interioridades, facilitando a expressão do que é difícil ou constrangedor de ser comunicado diretamente por palavras, ou difícil de ser expresso por uma linguagem que exija a ordenação lógica, linear, espacial e temporal que a estrutura léxica e sintática da linguagem verbal nos impõe.

Golinelli (2002) complementa essa idéia ao comentar a existência de um caminho para a manifestação de sentimentos através da linguagem não verbal. Segundo o autor, isso se torna evidente em sessões de arteterapia, onde os clientes que não exprimem, porque não querem ou não podem exprimir suas preocupações e conflitos pela forma verbal, encontram a possibilidade de fazê-lo por meio de outra linguagem - a artística.

De acordo com Pereira (1976), a experiência artística tem como foco o “ser” mais do que o “pensar”, e o “deixar de ser”. Possivelmente é uma forma de terapia que possibilita a transcendência de certos entraves impostos pela cultura atual.

Fichtner (1997) confirma esta idéia e comenta que a arte proporciona síntese, recriação de experiências e reorganização do nosso mundo interno. Estimula a

fantasia e as imagens espontâneas do inconsciente. Por meio da experiência artística ocorre um processo de integração espontânea no ego. Ao citar Rubin (1984), este autor acrescenta que no processo criativo, após um momento de nos deixar levar, experimentar e explorar materiais, surge uma “necessidade de organizar, de colocar junto, de arranjar e elaborar o trabalho final” (p. 306). O essencial deste processo é o poder e o controle que o indivíduo possui para criar aquilo que desejar.

Segundo Boechat (1994), as artes expressivas contribuem intensamente ao aparecimento e à conscientização da criatividade. Seu principal objetivo é oferecer outra forma de expressão além das verbalizações. Sua importância pode ser melhor verificada em indivíduos extremamente racionais e refratários à interpretação verbal, que não se deixam atingir pelas intervenções do analista, que são esvaziadas dentro do contexto racional.

*O caminho criativo em arteterapia tem o propósito de concretizar; dar forma e materialidade ao que é intangível, difuso, desconhecido ou reprimido. Sonhos, conflitos, desejos, afetos, energia psíquica que é bloqueada e precisa liberar-se e fluir, ganhar concretude e poder plasmar e configurar símbolos, que assim, cumprem sua função de comunicar, estruturar, transformar e transcender. (Philippini apud Vibranovski, 2002, p. 136)*

No trabalho arteterapêutico não há julgamento da qualidade das produções. Os conceitos de beleza não são, então, considerados, eliminando-se a preocupação de se efetuar algo aceitável pelos outros. Sem o incômodo causado pela censura, passa-se a priorizar a expressão dos sentimentos, especialmente daqueles que estão fincados na essência do cliente. Em um ambiente descontraído, onde não há medo de não ser aceito, passa-se a ter maior liberdade psicológica e as emoções podem ser expressas sem limitações, facilitando o aparecimento espontâneo das potencialidades do indivíduo. Ausente o controle racional, torna-se mais fácil a manifestação inconsciente. (Golinelli, 2002)

O terapeuta, portanto, não busca no objeto de arte de seu cliente uma obra de valor estético. Nenhum psicótico jamais pinta ou desenha pensando que é um artista.

O que ele busca é uma linguagem com a qual possa exprimir suas emoções mais profundas. O arteterapeuta é o mediador do processo terapêutico. Por isso, valoriza a intenção e a sensibilidade, excedendo a técnica. Busca nas atividades artísticas a problemática afetiva de seu doente, seus sofrimentos e desejos sob forma não proposicional. O cliente é orientado a descobrir por si próprio a significação de suas criações, o que é alcançado com o auxílio do arteterapeuta, por meio da elaboração, em nível consciente, do significado de sua obra artística, e de como lidar com ele.

Pereira (1976) diz que durante certo período, a atividade artística ou ocupacional oferece ainda um “continente” para as emoções intensamente agressivas do paciente, dando-se maior atenção à qualidade e violência desta agressão. O arteterapeuta trabalha mais com a sensibilidade e a observação de cada paciente, adotando uma postura de não interferência. Isto lhe torna possível oferecer aos poucos as condições de compreensão e solução de seus problemas. A arte favorece ao indivíduo o retorno à espontaneidade e a confiança em si mesmo, de que tanto necessitam alguns clientes.

Para este autor (op. cit.), enquanto o paciente é um formador de imagem, o terapeuta é um deformador da realidade, dificultando a posição do mesmo que raramente poderá preencher simultaneamente as duas exigências. O objeto de arte, contido no *setting* e na interpretação terapêutica, não está imune à modificação e à influência da realidade do terapeuta, o que pode auxiliar na ativação da consciência dos limites do *self* e do não-*self*. A dor conseqüente à perda de idealização do '*self*' ou do objeto é compensada pela experiência de poder criar um objeto com qualidades estéticas. O indivíduo sente-se cooperar no tratamento, o que provoca redução de uma possível inveja das interpretações do terapeuta.

Golinelli (2002) comenta a importância do ambiente onde são realizadas as sessões de arteterapia. Segundo a autora, o *setting* arteterapêutico bem planejado propicia um clima de descontração, valorizando as diferenças. O cliente deve sentir segurança e liberdade, para que permita emergir e expressar seus sentimentos, podendo se utilizar de qualquer material que a arte lhe proporciona.

*A arte está associada aos aspectos sadios da personalidade. Hoje, mais do que nunca, necessitamos desenvolver padrões saudáveis de comportamento*

*que tragam enriquecimento pessoal e social. Nesse sentido, a arte promove a criação de novos projetos de vida. A arte leva à sublimação e a experiência estética joga com significados compartilháveis. Assim, o fazer arte pode ser um ato solitário e egocêntrico da parte do criador, mas a arte nunca deixa de ser, como afirma Merquior, fundamentalmente social pela sua própria função sociobiológica. (Fichtner, 1997 – pág 307)*

## **2.2. Arteterapia com crianças**

*“Minha tarefa pode ser comparada à obra de um explorador que penetra numa terra desconhecida. Descobrimo um povo, aprendo sua língua, decifro sua escrita e compreendo cada vez melhor sua civilização. Acontece o mesmo com todo adulto que estuda a arte infantil”. (Arno Stern, apud Mèredieu, 1974, p. 14)*

Segundo Winnicott (1971, apud Boechat, 1994), a percepção criativa mais que qualquer outra coisa, dá sentido à vida do indivíduo. Jung considerou a criatividade como um dos instintos básicos do ser humano, juntamente com a fome, a sexualidade, o impulso à ação e reflexão.

A arte instiga a capacidade de criar do ser humano. A criatividade, ou um comportamento criativo, é iniciado na infância. A criança que tem sua curiosidade estimulada para explorar e descobrir coisas sobre o seu mundo e a entender que não há respostas únicas, será um adulto que apresentará um padrão ou estilo de funcionamento exploratório e inovador. Naturalmente, o indivíduo perceberá e recriará seu mundo a partir de vivências e relações de seu próprio corpo, e apreenderá do mundo por meio da interação de todos os sentidos no tempo e no espaço. A atualidade possui um grau de complexidade, diversidade e exigência cada vez maior e pede cada vez mais enfoques inovadores. Nesse contexto, o ser humano é obrigado a estar constantemente se recriando na busca de novas significações. A arteterapia promove experiências reestruturadoras para aqueles que encontraram dificuldades durante seu desenvolvimento. (Fichtner, 1997)

Segundo Virgolim (1999), todas as pessoas são criativas, capazes de produzir, construir, inventar novos objetos, coisas, idéias, ações, reformulações. Todas têm o

poder de produzir elementos e conhecimentos novos e nascem dotadas deste potencial. Por meio do desenvolvimento do pensamento criativo é possível desenvolver o crescimento de habilidades para produzir maior quantidade de idéias, analisar uma situação sob várias perspectivas e de produzir idéias incomuns e diferentes, que constituem a base do pensamento criativo. Também é possível trabalhar os conteúdos emocionais e afetivos que funcionam como o combustível que impulsiona o processo de criar.

“Se desenvolvermos nossas habilidades criativas somos capazes de lidar com o futuro e suas incertezas, tornamo-nos aptos a criar novas formas de adaptação às novas demandas sociais e naturais”. (Virgolim, 1999 - p. 29 )

A criança tem na arte, além de uma oportunidade para o desenvolvimento de sua criatividade e a exploração de suas fantasias, uma forma natural de expressão e comunicação que lhe permite comunicar o que sente, o que pensa e a maneira que vivencia e percebe o mundo, de acordo com seu desenvolvimento emocional, mental, psíquico e perceptual. (Fichtner, 1997)

Choi et al. (2003) acrescentam que a arte pode ser valiosa pra a expressão de traumas, sofrimento, angústia ou perda. Além disso, a criança ainda não tem capacidade verbal para articular sua dor. Para as que foram violentadas ou abusadas, a arte é uma maneira de comunicar sentimentos e experiências sem a necessidade de palavras.

Oaklander (1980) diz que o processo de fantasia da criança é o mesmo que o seu processo de vida. A fantasia permite ao terapeuta se divertir junto com a criança e, além de descobrir qual o seu processo, permite-lhe também penetrar nos recantos mais íntimos do seu ser. Pode-se revelar o que é mantido oculto ou o que ela evita e pode-se descobrir o que se passa na vida da criança a partir da perspectiva dela própria. Além disso, por meio de atividades envolvendo a fantasia e experiências imagéticas, pode-se desenvolver o sentido intuitivo da criança. Este cobre um largo campo e pode envolver processos tais como a fantasia, a imaginação, a criatividade, campos corporais e campos de energia. Qualquer fantasia possibilita o contato com o aspecto sábio e criativo da criança.

Algumas crianças não sabem exatamente o que são sentimentos e têm uma capacidade limitada de comunicá-los. Tendem a ver as coisas em preto e branco. Proporcionar às crianças experiências com a grande variedade de sentimentos e suas nuances é muito útil e a arteterapia possui muitos recursos para fazê-lo. Além disso, promove a superação de obstáculos através daquilo que ninguém lhes pode tirar – a imaginação. A criança mostra o que precisa pela própria atividade que escolhe, ou pela resistência que tem a uma determinada atividade. O trabalho com arte também é considerado importante para o desenvolvimento e amadurecimento motor, do raciocínio e do crescimento afetivo. (Oaklander, 1980)

A arte como processo de criação, possibilita à criança um resgate de seu mundo infantil, que perde-se com os anos devido à marginalização de toda a maneira de pensar não-lógica decorrente da cultura vigente. As brincadeiras são, cada vez mais prematuramente, substituídas por atividades consideradas mais produtivas, sob o pretexto de que a criança precisa se preparar para a vida adulta, inibindo seu comportamento intuitivo. Por meio da arteterapia, a criança tem a oportunidade de resgatar sua curiosidade natural, o desejo de explorar como corpo inteiro, com as mãos, com a boca, o desejo de não ficar quieto, acomodado, disciplinado e domesticado. Assim, cabe ao arteterapeuta ser o facilitador do contato e da exploração da maior quantidade possível de materiais, de forma gradual e adequada. É importante verificar se o material oferecido é adequado à idade e ao desenvolvimento da criança, sua dinâmica e seu progresso decorrerão dos movimentos do seu corpo, do exercício de sua sensibilidade e intuição e da descoberta, exploração e transformação dos materiais expressivos.

A necessidade da expressão verbal e o momento adequado para a mesma no trabalho com arte depende de cada criança, de seu relacionamento com o terapeuta, do contexto e do curso da terapia. Algumas crianças se concentram com tanta intensidade em seu trabalho de arte que precisam interrompê-lo para falar com o terapeuta. Outras podem apresentar resistência em falar diretamente sobre seu processo, exigindo maior paciência do mesmo. Por outro lado, muitas crianças gostam quando o terapeuta se interessa por sua arte enquanto elas trabalham, especialmente quando o vínculo entre eles está bem estabelecido. Para algumas,

falar durante o processo artístico pode ajudar a difundir um pouco dos sentimentos poderosos e esmagadores que vêm à tona enquanto cria sua obra. (Choi et al., 2003)

É importante também conversar no final da sessão sobre a obra final, pois ajuda a criança a externalizar pensamentos, sentimentos e experiências sobre a expressão artística e ajuda o terapeuta a entendê-la com maior clareza, permitindo que providencie a melhor intervenção possível a favor da mesma. Para crianças que resistem à fala, expressões artísticas podem ser uma maneira de facilitar a conversa por meio da narração de histórias e atividades de faz-de-conta. As crianças não sabem o que sua obra artística significa, mas podem, com a ajuda do terapeuta, contar histórias imaginárias sobre elementos da obra, que revelam bastante sobre seus sentimentos, percepções e visão de mundo. (ibidem)

*Doravante os artistas recusam-se a separar a arte da vida e tendem a transformar tudo numa seqüência de experiências artísticas. A “arte infantil” situa-se aquém da fronteira que dissocia a vida cotidiana da arte considerada como atividade de luxo; ela ignora esse corte que o adulto estabelece entre a cultura e a vida, corte que a torna um ser sempre mutilado, castrado de uma parte de si mesmo. Real e imaginário indissolúveis, o pensamento mágico da criança evolui à maneira do jogo, que funciona ao mesmo tempo como simulacro e como verdade: tudo é susceptível de ser transmutado nesse universo, e intercâmbios perpétuos se produzem nesse meio em que as palavras ainda são coisas, e as coisas maleáveis como não podem ser o signo da linguagem adulta. (Mèredieu, 1974, p. 6)*

### **III. Gestalt Terapia e arte**

***“Perca a cabeça e chegue aos sentidos”.***

*(Perls apud Ginger & Ginger, p.170)*

#### **3.1. Gestalt Terapia: origem, fundamentos e principais conceitos**

*“O espírito sai pelos olhos para ir passear pelas coisas, uma vez que não cessa de ajustar nelas a sua vidência” (Malebranche apud Merleau-Ponty, 2002, p.67)*

A Gestalt Terapia é uma abordagem existencial-fenomenológica, o que implica o fato de ser experiencial e experimental. Seus conceitos básicos são mais filosóficos do que técnicos. Gestalt Terapia é uma forma particular de visão de mundo.

O existencialismo que fundamenta esta abordagem é o de Sartre, segundo o qual o homem não é o que fazem dele, mas aquilo que ele faz com o que fazem com ele. O homem, portanto, será aquilo que fizer de si mesmo, ou seja, o homem é responsável pelo que é. De acordo com Gills (1989), o existencialismo tem como função primordial colocar o homem na posse do que ele é e submetê-lo à responsabilidade total de sua existência. Desta forma, o homem não é somente responsável por sua individualidade, mas também por todos os homens.

A questão fundamental é a liberdade, a responsabilidade e a escolha humana. Mesmo que o homem não saiba ou não queira as coisas dessa forma, ele é o que faz de si mesmo. Sua responsabilidade não deve ser confundida com culpa. Refere-se à capacidade de ser, de dirigir sua própria vida. (Gills, *ibidem*)

Segundo este autor (*op.cit.*), a fenomenologia, por outro lado, surgiu como uma contestação ao método experimental. Sua origem tem como seu principal autor Edmund Husserl, que criticava as teorias científicas, especialmente as positivistas,

apegadas à objetividade, à crença de que a realidade se reduz àquilo que percebemos pelos sentidos e à noção de que o cientista e o objeto que pretende conhecer são completamente separados e independentes.

Husserl, para não se apegar a teorias que o afastem da verdade, decidiu se voltar para a verdade que se mostra: o fenômeno. Para isso, propõe que o sujeito suspenda todo julgamento sobre os objetos que o cercam. Tal atitude, denominada redução fenomenológica ou *epoché*, leva-nos a um tipo particular de conhecimento, em oposição ao conhecimento objetivo, o categorial. Construiu a fenomenologia como um método para a busca da verdade, baseando-se no questionamento de como é possível perceber a realidade. (Rodrigues, 2000)

O autor (op.cit.) acrescenta que, respondendo a tal questão, o filósofo notou que antes de perceber qualquer coisa, ele percebe e, desta forma, concluiu que a ação originária e prioritária na apreensão da verdade é o ato de perceber algo. Um indivíduo percebe algo que é percebido e sua percepção só é possível se houver, concomitantemente, algo que ele possa perceber. Com base nesses fatos, tem-se uma estrutura simples formada pelo ato de perceber e o objeto percebido, que não pode ser subdividida. Desta forma, a todo pensar, haverá algo pensado, a todo imaginar, haverá algo imaginado e assim por diante.

Husserl nega, portanto, que mundo e sujeito sejam puros e independentes um do outro. Para ele o homem é um ser consciente e toda consciência é consciência de alguma coisa, ou seja, é intencional, não existe independentemente do objeto. Rodrigues (2000) acrescenta que, segundo o mesmo filósofo, não há como separar observador e objeto observado, conforme a ciência ortodoxa preconiza. O eu percebedor só existe em função recíproca com o objeto percebível. Sendo este, contudo, uma função determinada pela consciência que percebe, têm-se diferentes formas de se perceber o mundo.

Este autor (op.cit.), explica que ao perceber alguma coisa, o sujeito tem inferências sobre tais percepções. Ao pensar sobre estas inferências, alcança a verdade de sua percepção. A este processo chama-se redução fenomenológica. Parte-se do que se percebe e faz-se uma redução fenomenológica para outra região, esta a

dos significados, e finalmente, a região transcendental é atingida, aonde se pensa sobre a própria percepção.

Conforme este raciocínio, conclui-se que ao descrever um objeto observado, o sujeito está descrevendo sua relação com o observado, descreve um pouco de si mesmo, pois o que observa forma uma unidade com sua consciência observante. A escolha do objeto a ser descrito, maneira pela qual descreve, os sentimentos relacionados com a descrição, os objetos dos quais abriu mão; todas estas observações sobre a relação observador/observado são reveladoras do ser que descreve. (Rodrigues, 2000)

O autor (op.cit.) acrescenta que só se pode pensar pensamentos ou lembrar lembranças no presente. Quando se fala de algo que se pretende colocar em prática ou algo que já foi feito, fala-se do que se percebe no presente sobre as experiências passadas ou sobre os planos para o futuro. Esta estrutura de perceber o percebido é, portanto, inevitavelmente presente, acontecendo no agora. Além disso, tal estrutura também só pode existir no aqui, visto que o sentido está na relação eu-mundo. Desta forma, é preciso conhecer a visão de mundo de cada um.

O sentido que surge da relação do sujeito com o mundo é decorrente da implicação do sujeito com o mundo; ele por inteiro influencia e é influenciado pelo contexto como um todo. A percepção é imediata, espontânea, pré-reflexiva, própria da vida cotidiana, onde não há separação entre sujeito e objeto e este é captado em sua totalidade por intuição.

A abordagem fenomenológica de Husserl tem a concepção de homem como um ser em relação com o mundo. É somente desta forma que pode ser entendido e ao mesmo tempo entender o mundo. Esta visão de homem implica em abandonar-se a intelecção pela intuição, visto que apenas esta pode captar a totalidade de uma vivência humana. (Gills, 1989)

Em reação às correntes da psicologia vigentes da época – a psicanálise e o behaviorismo - surgiu na Alemanha um campo de pesquisa chamada de psicologia da Gestalt, que primava pela consideração da relação entre as partes e na determinação da percepção. (Rodrigues, 2000)

A palavra Gestalt, que não possui uma tradução para o português, contém um sentido de “forma”, de “estrutura organizada”. A psicologia da Gestalt procurava dizer que o todo é mais do que a soma de suas partes, é produto da relação entre estas partes. A percepção ocorre em um conjunto, algo se sobressai a partir da relação entre as partes como um todo. (Rodrigues, ibidem)

Décadas depois, outros psicólogos valorizaram o conhecimento da psicologia da Gestalt e, juntando-o a outros pressupostos filosóficos e psicológicos, formaram um campo de conhecimento voltado para a área clínica. Fritz Perls foi o primeiro autor da Gestalt Terapia.

A Gestalt Terapia, portanto, baseada nas concepções de homem do existencialismo e da fenomenologia – que são complementares – utiliza como método a própria fenomenologia. Rodrigues (2000) descreve muito bem a visão de homem da Gestalt Terapia.

*O homem é um ser no mundo, agindo ativamente sobre o mundo e transformando e recebendo dele também influências, em uma relação recíproca. O indivíduo não pode ser concebido isoladamente; estará sempre em um contexto onde há um conjunto de forças atuando e sempre o atingindo de uma forma inteira, como um todo. Na medida em que se detém ao que se descreve, percebe-se que a realidade é mutável, processual, fluindo continuamente em novas situações que nunca se repetem. Não há controle, e sim, acompanhamento, “estar junto”, reagindo adequadamente ao que se apresenta, na medida em que se apresenta. Atua-se ao que se está consciente, óbvio e passível de compreensão. (p. 55)*

Desta forma, a existência do ser humano é considerada de maneira completa, não apenas sua doença ou seu discurso. O ser humano está inteiro em um campo espaço-temporal, onde várias forças atuam concomitantemente, configurando a realidade. Abandona-se, portanto, a objetividade em favor da subjetividade, a percepção sensorial em favor da percepção como relação homem-mundo, a concepção dos seres independentes em favor de uma concepção holística de integração. (Gills, 1989)

Chama-se de holismo esta capacidade de ver o ser humano como um todo. De acordo com Rodrigues (2000), o ser humano não é apenas o que um ângulo de visão diz sobre ele, mas é um todo, é maior que a soma das partes pelas quais as especializações tendem a vê-la, mesmo que seja difícil lidar com todas estas partes ao mesmo tempo. Uma pessoa é, portanto, um todo com a infinidade de partes que a compõe.

O autor (op.cit.) acrescenta que em cada momento presente o ser humano carrega todas suas experiências, sua história desde sua concepção até o momento presente. Seu passado o acompanha, seja marcado em seu corpo ou em sua mente. Para a Gestalt Terapia, o “eu” é representado por corpo e mente, que não se diferenciam. O ser humano é corpo-mente no local em que se encontra, no momento em que se encontra.

Utiliza-se em Gestalt Terapia uma estratégia de trabalho enfocada no presente, no “aqui e agora”. Permanecer no presente proporciona um contato mais satisfatório, permitindo-se enxergar o que está “aqui”, evitando situações em que se troca fatos vividos por discursos proferidos. Todo o trabalho terapêutico está focado naquilo que o cliente traz, naquilo que vive no momento. Considera-se as informações trazidas pelo seu discurso, seu gesto, sua expressão facial, sua respiração, seu modo de olhar e tudo o mais que estiver acontecendo no aqui e agora. (Rodrigues, 2000)

Conforme Polster & Polster (2001), chama-se de funções de contato os meios que o ser humano tem disponíveis para seu contato com o mundo, ou seja, seus sentidos de tocar, olhar, ouvir, sentir o cheiro e o gosto das coisas, além de falar e movimentar-se. É por essas funções que o contato pode ser conseguido, e é pela perturbação dessas funções que o contato pode ser bloqueado. Rodrigues (2000) complementa esta idéia afirmando que uma pessoa está no mundo abrindo novas possibilidades de relação e uso para seus sentidos, percebendo também que pode esbarrar com limites para suas funções de contato. Eventualmente, pode-se perceber que alguma(s) possibilidade(s) de contato não está sendo utilizada, ou está sendo de forma restrita, ou ainda de forma equivocada.

Como já foi dito anteriormente, somente se pode perceber o percebido no presente. Assim, contato é o indivíduo faz no aqui e agora. Rodrigues (2000) explica um

conceito fundamental da Gestalt Terapia: *awareness*. Estar “*aware*” (do inglês, ciente) significa estar consciente do contexto, incluindo de si-mesmo. O objetivo da *awareness* no contexto terapêutico é o cliente descobrir o mecanismo por ele utilizado para alienar parte dos processos do seu self. Para Polster & Polster (2001), a *awareness* ajuda a recuperar a unidade da função total integrada do sujeito. Este precisa primeiro perceber as sensações e sentimentos que os acompanham antes de poder alterar seu comportamento. A *awareness*, portanto, provoca o contato do indivíduo com si mesmo no aqui e agora, para que ele se perceba melhor e amplie sua consciência sobre sua pessoa.

Rodrigues (2000) acrescenta que “contato” só pode ser compreendido enquanto novidade, como um acontecimento determinante de novas possibilidades. Ribeiro (1997) complementa esta idéia afirmando que “O contato é um movimento transformador de junção, de síntese, que permite a realidade se fazer e se refazer sobre si mesma num processo nunca acabado, porque o contato, como unidade de transformação, tende a ampliar-se ao infinito pelas possibilidades que tem de adquirir novas propriedades a cada instante.” (p. 17)\_

Conforme Rodrigues (2000), geralmente, as maneiras pelas quais um indivíduo entra em contato com o meio, proporcionam recursos reveladores sobre sua existência e a qualidade da mesma. Os acontecimentos relativos ao mundo interno de uma pessoa expressam-no de alguma forma em seu mundo externo. Atualmente, todavia, as pessoas usam poucos recursos naturais que possuem para entrar em contato com o mundo. Nega-se o corpo, visto como artigo de consumo, negado em sua potencialidade. Valoriza-se uma mente elevada, desprezando as sensações e emoções confusas. O indivíduo, conseqüentemente, sente menos, diminuindo sua capacidade de perceber do mundo qual a sua mensagem, na relação estabelecida com o mesmo. Nas palavras de Vibranovski (2002), “o ser, quando não é, adocece”. (p. 134)

De acordo com Rodrigues (2000), o contato quando natural e espontâneo, é útil para o atendimento das necessidades emergentes do organismo. Nem sempre, contudo, o indivíduo estabelece contato com algo realmente ligado às suas

necessidades. O contato de maneira flexível e auto-reguladora só acontece se for relacionado a algo que a pessoa esteja precisando no momento presente de sua vida.

Muitas vezes, no campo vivencial de um indivíduo, existem forças que atuam simultaneamente, mas em sentidos contrários. Denomina-se tais forças com sentidos inversos polaridades. Estas se apresentam ao sujeito quando precisa fazer uma escolha. Quando esta escolha por um sentido ou por outro é muito difícil, o indivíduo fica paralisado, diante de um impasse. Segundo Perls, quando o sujeito possui dentro de si uma parte que dá ordens como um general, enquanto a outra finge que obedece, dizendo que vai fazer, mas acaba não fazendo, tem-se o conflito do *top dog* x *under dog*, respectivamente. Uma decisão tomada sem o amadurecimento da escolha, aprofunda o conflito ou o desdobra, podendo criar um outro conflito decorrente da escolha errada. (Rodrigues, *ibidem*)

Perls tem a resposta para a resolução do conflito: “A coisa mais incrível, que é tão difícil de compreender, é que a experiência, a conscientização do agora, basta para resolver todas as dificuldades neuróticas. Se estivermos plenamente cômnicos do impasse, este desmoronará e encontrar-nos-emos subitamente livres dele”. (Perls, 1980, apud Rodrigues, 2000, p. 110)

A psicologia da Gestalt desenvolveu uma série de conceitos aproveitados pela Gestalt Terapia. Um deles é o conceito de figura e fundo. Sempre que a atenção de um indivíduo se volta para algo, busca alguma figura, busca esta que se realizará sobre um fundo. Este se caracteriza por tudo o que é olhado nesta busca pelo que se precisa, mas não chama atenção, até que o objeto procurado é encontrado. Fundo é, portanto, tudo o que serve como contexto para o surgimento de algo, incluindo o próprio sujeito, sua história, tudo o que o cerca... (Rodrigues, 2000)

O autor (*op.cit.*) acrescenta que, desta forma, o problema trazido pelo cliente em determinado momento é a figura para o processo terapêutico também naquele momento. Contrastando esta figura com o fundo da experiência do cliente, tem-se maior condição de ampliar a compreensão das forças que atuam no presente e prolongam a situação em aberto. Um dos mais importantes trabalhos do terapeuta será conduzir o cliente a perceber que ele mesmo pode fechar suas próprias situações

inacabadas. O terapeuta não fará isto por ele, visto que o cliente é responsável por si mesmo.

O movimento figura-fundo forma o que se chama “ciclo do contato”, que acontece da seguinte forma: algo que é figura em determinado momento, passa por várias etapas até que sua necessidade seja atendida, deixando de ser figura e tornando-se novamente fundo, quando emerge então uma nova figura. O ciclo é responsável pelo processo de auto-regulação do indivíduo, no sentido de propiciar à pessoa a obtenção do que necessita e a eliminação do não precisa mais, retomando seu equilíbrio. Se este ciclo não é completado, a situação permanece inacabada e a Gestalt fica em aberto. Qualquer coisa que interrompa o ciclo retém a energia mobilizada para tal situação, até que surjam novas oportunidades para sua completude e possa voltar a ser fundo. Se esta oportunidade não aparece ou não é aproveitada, a energia mobilizada é empregada em comportamentos recursivos. (Rodrigues, *ibidem*)

A interrupção do ciclo pode acontecer se o indivíduo trazer para o presente maneiras antigas de se relacionar com o meio que o ajudavam a resistir contra algo que poderia fazer mal a ele, mas que não são mais adequadas à situação do aqui e agora. Quando a interrupção do ciclo ocorre constantemente, por apego a situações passadas ou por evitar situações sentidas como perigosas, tem-se o comportamento neurótico, que impede o reequilíbrio do sujeito. De acordo com Perls, “quando o indivíduo se torna incapaz de alterar suas técnicas de manipulação e interação (com o meio) é que surge a neurose”. (Perls, 1981 apud Rodrigues, 2000)

Outra teoria da psicologia da Gestalt que foi aproveitada pela Gestalt Terapia é sobre a percepção. Segundo esta teoria, o ser humano tende a ver formas, linhas e cores semelhantes como se participassem de um só grupo, percebendo-as como um grupo visual que forma uma figura cuja percepção se destaca de um fundo. Tende, também, a perceber continuidade em linhas e formas quando há falhas na figura visual real, procurando fazer das partes um todo. Desta forma, se o sujeito olha para uma figura que é quase um triângulo, tende a perceber o triângulo completo, fechando a forma. (Rhyne, 2000)

Rodrigues (2000) comenta sobre o conceito de saúde para a Gestalt Terapia. Segundo ele, geralmente, as pessoas estão envolvidas em suas atividades diárias, mas

não percebem as escolhas que fazem, não se responsabilizam pelas mesmas, não percebem seus próprios limites. Na Gestalt Terapia, saúde implica em um movimento para a vida, para o contato. Um indivíduo é saudável quando pode reconhecer que é capaz de manter-se em contato com o contexto em que se encontra e pode optar pela melhor forma e melhor momento de efetuar suas trocas com o mundo.

O autor (op.cit.) afirma que na terapia segundo a abordagem da Gestalt, trabalha-se sob o enfoque holístico, sendo que o que existe no contexto terapêutico é a relação terapeuta-cliente. Propõe-se, portanto, uma abordagem na qual é fundamental a participação do terapeuta, que estará holisticamente presente na relação, sendo que toda sua história de vida contribuirá para o desenvolvimento da relação terapêutica.

Outra característica da Gestalt Terapia, conforme Polster & Polster (2001), é que ao invés das experiências do cliente serem interpretadas pelo terapeuta, como acontece em outras correntes, o cliente deve vivenciar no aqui agora tais experiências. Quando ele consegue entrar em contato com sua própria experiência, as conversas são melhor absorvidas. O terapeuta, por sua vez, ouve a história e deixa o significado se manifestar, sem expectativas de determinado significado no qual todos os comportamentos devem se encaixar.

De acordo com Rodrigues (2000), a Gestalt Terapia não utiliza qualquer recurso pré-concebido fora da situação vivida por terapeuta e cliente naquele dado momento. Quem define a realidade da terapia é o terapeuta e não as técnicas. Embora estas tenham seu valor, a pessoa única que é o terapeuta está diante da pessoa única que é o cliente, então é preciso se desprender das técnicas e aceitar o imprevisível que ocorre na relação entre terapeuta e cliente. Para seguir a fenomenologia, a técnica deve surgir do fenômeno que acontece no aqui e agora, fruto da relação do momento.

Atualmente, a tarefa dos terapeutas desta corrente psicoterápica é a de solidificar a Gestalt Terapia, o que implica em esmiuçar seus conceitos, refletindo sobre os mesmos, identificando coerências e incoerências, sem tomar enunciados como verdade, para não correr o risco de expandir confusão.

### 3.2. A arte na Gestalt Terapia

*“Nós nunca paramos de explorar  
E o final de toda a nossa exploração  
Será chegar onde começamos  
E conhecermos o lugar pela primeira vez.”  
(Eliot apud Polster & Polster, 2001, p. 1)*

Rhyne (2000) desenvolveu um procedimento de arteterapia gestáltica que visa determinar a descoberta e exploração de sentimentos e qualidades pessoais. A autora prioriza a ampliação da consciência, por meio da aquisição e aumento da percepção e *awareness*, para o desenvolvimento das potencialidades humanas e o senso de responsabilidade diante das decisões tomadas na vida. Adota em seu trabalho os pressupostos básicos da Gestalt Terapia, como viver e estar consciente do presente, estar plenamente atento ao fazer, saber o que se deseja e como alcançá-lo e confiar nos dados da própria percepção.

A vivência de arteterapia em Gestalt visa lidar com os aspectos sufocados da personalidade do indivíduo, incentivando-o a ser, sentir, pensar e atuar conforme sua própria experiência, esquecendo os padrões e valores impostos pela cultura e pela sociedade. Por meio da experiência artística, é possível a redescoberta dos objetivos de vida, necessidades e potencialidades individuais. O cliente cria formas artísticas próprias e pode usá-las como mensagens enviadas a si mesmo, permitindo-lhe aprender e tomar conhecimento de seus aspectos sufocados por meio de *insights*, da integração de seu passado no seu presente, conhecendo seus desejos e sua realidade, permitindo assim a elaboração de projetos para o futuro. (Rhyne, 2000)

Segundo Alves (2003), a criatividade é “a capacidade de deixar fluir figura/fundo, expressando as características mais profundas e inusitadas do inconsciente, rompendo com o caos e dando-lhe ordem e sentido”. Acrescenta que a expressão criativa visa trabalhar o ser que se apresenta em suas dores e bloqueios emocionais e corporais, na busca de sua plenitude por meio do autoconhecimento e da restauração de sua capacidade criativa. Para ela, o bloqueio da criatividade está relacionado com a perda da fluidez, do sentido e do prazer de viver.

Rhyne (2000) e Alves (2003) concordam que ao criar o artista precisa viver plenamente a experiência, acessando a consciência que o capacita a sintetizar os sentimentos, aquilo que a experiência contém de mais pessoal, transpor esta síntese, adequando linguagem e forma expressiva ao conteúdo vivenciado. Quando o cliente vivencia uma experiência de arte, portanto, envolve-se de maneira pessoal em seu trabalho, que é único e individual. Ao se expressar, seja de forma gráfica, corporal ou musical, tem-se registro de algum sentimento, sensação ou recordação do indivíduo. Este pode ser negado, diminuído ou destituído de significados, mas pode ainda ser usado como expressão rica de conteúdos com muitos significados pertinentes à forma de pensar, ver e sentir do indivíduo, revelando sua maneira de vivenciar a realidade. Desse modo, o objetivo é a tomada de consciência por meio do fantasiar, sentir, pensar, sonhar, atuar e expressar do cliente.

A teoria da Gestalt considera o todo como mais do que a soma das partes que o compõe. Quando se observa uma obra de arte, percebe-se que olhar para cada parte separadamente dá uma impressão diferente da percepção da configuração total – é a relação das partes na totalidade de um trabalho artístico que cria um efeito significativo. O processo artístico, portanto, evidencia os princípios da percepção da Gestalt. Quando o cliente representa imagens através das artes plásticas, naturalmente cria figuras e fundos. Utilizando os materiais de arte, pode-se perceber a tendência das pessoas de completar o todo e fechar as partes incompletas de um todo. Além disso, toma-se consciência dos padrões de uma configuração. Verifica-se a seletividade visual, pois as pessoas percebem algumas formas com mais clareza do que outras. Esta seletividade revela aspectos de sua interioridade e maneiras de colocar-se frente à realidade. A vivência artística promove *insights* de como o indivíduo percebe e de como sua percepção é influenciada por sua personalidade individual. As outras formas artísticas também promovem esses *insights*, seja pela observação de um movimento que o cliente escolheu e como o integrou a outros, ou pela nota musical que escolheu e como produziu a melodia, etc. (Rhyne, 2000)

A autora (op.cit.) acrescenta ainda que, ao representar sua percepção numa obra de arte, o indivíduo deixa claro que sua maneira de perceber visualmente é diretamente relacionada à sua forma de sentir e pensar. A forma central que ele

representa emerge de um fundo difuso e indica o que é central em sua vida. A configuração que ele forma por meio de seu trabalho mostra algo sobre a maneira pela qual ele, geralmente, organiza os padrões. A estrutura ou a falta dela em sua obra indica seu comportamento em situações de sua vida. O conjunto de sua obra é mais que a soma das partes, é suporte e condutor da emoção, de sentimentos, história e visão de mundo do seu criador. Compreender a utilização de sua percepção visual pode provocar novos *insights* sobre como usá-la para que sua vida seja mais integrada.

Considera-se também a posição de Rodrigues (2000), segundo o qual “quando nos detemos a descrever o observado, na verdade estamos descrevendo a nossa relação com o observado; ou seja, descrevemos uma parte de nós mesmos, uma vez que o que observo é uno com a minha consciência observante. O que descrevo diz um pouco de mim”. O autor acrescenta ainda que a maneira pela qual uma pessoa descreve revela o ser que descreve. Desta forma, o cliente, ao descrever sua vivência artística e/ou sua criação, está revelando aspectos de si mesmo.

Alvim (2003) destaca a importância da criatividade e do corpo na experiência artística em Gestalt Terapia. “O ser é o que exige de nós criação para que dele tenhamos experiência”. (Merleau-Ponty apud Alvim, 2003) O conhecimento vem por meio do ser e o que permite um indivíduo ser é a criatividade. Segundo ela, o uso da arte coloca o corpo como o lugar da relação eu-mundo. É o corpo que sente e que pode ser sentido, é com ele que o sujeito está no mundo e se expressa, sente, percebe e se relaciona.

“É emprestando seu corpo ao mundo que o pintor transmuta o mundo em pintura”. (Merleau-Ponty, 2002, p.19) Esta frase do filósofo francês retrata bem o papel do corpo no processo artístico e o processo descrito não é exclusivo do pintor, mas de qualquer artista. Quem trabalha com arte empresta seu corpo ao mundo e transmuta-o em sua arte, quer seja esta pintura, escultura, teatro, música, etc. A obra de arte é um veículo de passagem do invisível ao visível, é uma expressão viva do entrelaçamento de homem e mundo. Por meio da arte o sujeito coloca visibilidade em seu modo de ver o mundo.

A fantasia é uma grande arma para a exploração de personalidades. Estimular a fantasia criativa pressupõe o risco do encontro de coisas maravilhosas e outras não tão maravilhosas. Perls (1969) já conhecia o valor da fantasia para o processo terapêutico:

*(...) há uma grande área da atividade na fantasia que exige tanto da nossa excitação, da nossa energia e da nossa força de vida que deixa muito pouca energia para estar em contato com a realidade. Agora, se desejamos tornar a pessoa um ser total, precisamos, primeiro, entender o que é mera fantasia e irracionalidade., e temos de descobrir onde a pessoa é tocada e o que toca. Com muita freqüência, se trabalhamos e esgotamos essa zona intermediária da fantasia, esse maya, encontraremos a experiência de satori, do despertar. Repentinamente, o mundo está lá. Você desperta de um transe como se despertasse de um sonho. Você está lá, inteiro novamente. (Rhyne, 2000 – p. 91)*

Esta mesma autora (op. cit.) explica também que, quando o indivíduo se entrega ao seu mundo de fantasia e o representa por meio da arte, pode-se esgotar esta área e estudar seus conteúdos. Geralmente este é o primeiro passo para a aquisição de uma nova síntese criativa entre fantasia e realidade. Continuando o que Perls diz sobre a fantasia, “em vez de ficarmos divididos entre *maya* e realidade, podemos integrá-las, e se *maya* e realidade estiverem integradas, chamamos isto de arte. A grande arte é real e, ao mesmo tempo, uma ilusão. A fantasia pode ser criativa, mas é criativa somente se você tem a fantasia, qualquer que ela seja, no agora.” (pág 71)

Normalmente, as pessoas querem acreditar em suas fantasias, mas têm medo de confiar em sua própria imaginação. Evita-se encará-las suspeitando que algumas possam ser mentiras. Embora algumas delas realmente sejam devaneios ou decepções atrás das quais o indivíduo se esconde para evitar entrar em contato com a realidade, algumas outras são a maior garantia que uma pessoa tem do que é real. Somente por meio da exploração das fantasias pode-se separar o que é devaneio do que é verdade. (Rhyne, 2000)

A personalidade do ser humano é composta de inúmeras partes, algumas com as quais ele ainda não entrou em contato. Para adquirir maior auto-sustentação, é importante a exploração destas áreas que lhe são estranhas, tornando o indivíduo muito mais disponível para si mesmo. Laura Perls compara este processo de autoconhecimento com a criação de uma obra de arte, esta considerada por ela como a forma máxima da experiência humana integrada e integradora. Segundo a esposa de Fritz Perls, na criação de uma obra artística, o conflito entre a multiplicidade de experiências incompatíveis e incontroláveis pode ser compreendido quando os meios para sua interpretação e transformação se tornam disponíveis. (Rhyne, 2000)

A autora (op.cit.) conclui que cada pessoa fantasia de sua própria maneira e a fantasia pode ser utilizada como um meio para se encontrar a realidade. A experiência artística é um canal para atingir este objetivo e a forma artística criada pode prover meios para a ampliação da consciência e um potencial para a transformação. A arte é a linguagem por meio da qual qualquer pessoa é capaz de revelar suas fantasias para assimilar sua totalidade e se relacionar com as percepções da realidade dos outros. A autora cita May (1969):

*Fantasia é uma expressão da imaginação. A imaginação é a origem da intencionalidade e a fantasia, uma de suas linguagens (eu uso fantasia aqui com seu significado original: "capacidade de representar, tornar visível"). Fantasia é a linguagem do eu total, comunicando, oferecendo-se, tentando se enquadrar. É a linguagem do "Eu gostaria/Eu farei" – a projeção imaginativa do eu numa determinada situação. E se alguém não puder fazer isso, nunca estará presente em nenhuma situação, esteja seu corpo lá ou não. A fantasia assimila a realidade, e depois empurra-a a uma nova profundidade (p. 94)*

Para Rhyne (2000), a arte é mais do que simplesmente expressão pessoal, é também uma via de comunicação que recebe e transmite mensagens. A preferência de uma pessoa por certo tipo de comunicação, ou seja, sua escolha do que ouvir, ler, prestar atenção, transmite-lhe mensagens, indica-lhe o padrão de sua personalidade. Observado-se um indivíduo pode crescer muito em sua auto-awareness. Além disso,

a arte pode revelar a maneira pela qual uma pessoa se relaciona com os outros e o que acontece nessa comunicação. Para Mc Luhan (1964, apud Rhyne, 2000): “A arte, tal como um radar, age como um sistema inicial de alarme e assim nos torna capazes de descobrir as questões sociais e psicológicas suficientes que nos prepararam para lidar com eles”. (pág 96)

Segundo Ciornai (1994), no dia-a-dia, o ser humano recebe inúmeros estímulos, que lhe provocam inúmeras sensações, pensamentos e sentimentos. Tudo isso precisa ser discriminado, selecionado, relacionado, percebido e apreendido. Portanto, muito do que vive e experiencia não lhe é claro. Além disso, muitas vezes o que é percebido possui significados variados concomitantemente. A arte possibilita ao indivíduo dar forma a esta complexidade que é a sua intimidade, sem as exigências da linearidade causal, temporal e cartesiana que a lógica traz. Ao dar forma ao que viveu, uma pessoa tem a oportunidade de significar e re-significar suas experiências, pode dar sentido à sua vivência, ampliando e construindo sua consciência de si mesmo em relação ao mundo.

Ostrower (1997) complementa esta idéia ao afirmar que a verdadeira função da arteterapia é ser testemunha e expressão de um contato verdadeiro. De acordo com a autora, a arte, como um processo de criação, ocorre no âmbito da intuição, embora também integre a experiência individual e racional. Por isso, de certa maneira, o processo artístico obriga o indivíduo a não pensar, a se entregar e viver o aqui e o agora. Os conteúdos emergem à medida em que são expressos, em que o indivíduo que confere uma forma, ou ainda à medida que terapeuta e cliente conversam sobre os possíveis significados existentes naquele ato criador. (Salgado, 99/2000)

Rhyne (2000) e Alves (2003) também comentam que a arte é um excelente canal para o estabelecimento do contato do indivíduo com o seu íntimo. “Gestalt é liberdade para criar” (Zinker, apud Alves, 2003). Criar é fazer contato pleno. A experiência artística em Gestalt visa estabelecer o contato do cliente consigo mesmo, a expressão criativa de si, dando corpo às emoções, sensações e fantasias, ressignificando através do material utilizado. A vivência de arte em Gestalt pode tornar a experiência criativa disponível para o cliente entrar em contato com seus conflitos. A arte propõe experimentos de contato, sensibilização e *awareness*. Dá a

oportunidade ao cliente de colocar sua dor para fora e encará-la, e assim, recompor sua dor existencial. Fazer arte ajuda a recuperar certas características, quando deficientes, e desenvolvê-las. Expressando seus conflitos, o indivíduo tem a possibilidade de reorganizar suas percepções para alcançar um melhor equilíbrio da personalidade.

A atividade artística promove a oportunidade do indivíduo se mobilizar em ação, ou seja, por meio desta ele pode se perceber e entrar em contato com conteúdos desconhecidos. Além disso, pode experimentar alternativas de integração e transformação de seu ser em sua relação com o mundo. Isso acontece no decorrer do fazer e do imaginar. Em ação o indivíduo se surpreende com seu próprio fazer e com o produto que emerge. Ao agir ou fazer, o ser humano não só percebe as transformações, como nelas se percebe. O processo artístico permite ao indivíduo, além de perceber concretamente, concretamente estruturar e ordenar elementos da percepção interna e externa, ajudando-o a obter uma compreensão de seu momento de vida e de aspectos de sua existência. Quanto maior a identificação com o material, mais reveladora é a vivência artística. Experimentando e estruturando a matéria, o indivíduo se estrutura internamente. Neste processo do fazer, a arteterapia tem o potencial de revelar e transformar. (Ciornai, 1994, Salgado, 1999/2000)

Segundo Rhyne (2000), quando o terapeuta é guiado pelas necessidades reais do cliente, tem a possibilidade de adaptar melhor tanto a linguagem artística quanto os métodos de utilização do material de arte. Entretanto, para tal, a vivência artística deve ser uma relação que inclua o cliente como agente ativo que sabe, com certo nível de *awareness*, quais são suas necessidades. O terapeuta tem a função de facilitar a *awareness* do indivíduo, para que ele possa encontrar a melhor maneira de trabalhar para o seu crescimento pessoal por intermédio da arte.

A vivência de arte em Gestalt, portanto, define-se no conjunto formado pela realização de formas artísticas, estar emocionalmente envolvido nesta produção como um evento pessoal, observar o que e como está sendo feito, perceber através da obra não só o estado do indivíduo no momento presente, mas também maneiras alternativas possíveis para o seu desenvolvimento de acordo com seus próprios desejos. Neste sentido, Gestalt significa a capacidade de perceber configurações

totais, sua personalidade como uma totalidade de muitas partes que, unidas da forma em que estão, constituem a realidade do indivíduo. Mudando a forma de união entre estas partes, muda-se o todo, ou seja, a personalidade do indivíduo.

O terapeuta gestaltista que se utiliza dos recursos artísticos possui mais um canal de comunicação para atingir seus objetivos com o cliente, visto que a experiência artística em Gestalt promove o contato verdadeiro, possibilita a descoberta de partes de si mesmo dantes desconhecidas e oferece meios para a sua reintegração à personalidade do indivíduo. Promove ainda a ampliação da consciência do cliente, mudanças perceptivas, seu autoconhecimento e diferenciação dos outros, permitindo-lhe fazer escolhas adequadas e assumir sua responsabilidade por seus atos.

### **3.3. A Gestalt Terapia com crianças**

*"A criança está integralmente presente em tudo o que faz, principalmente quando existe um espaço emocional que o permita. Existe um pensar por trás do seu fazer, por trás de suas pequenas operações, como subir e descer uma escada, balançar insistentemente um chocalho, amassar um papel".  
(informação verbal)*

#### **3.3.1. Pressupostos relativos ao desenvolvimento do "eu"**

A criança, no ponto de vista da Gestalt, é um ser total, único e indivisível. Seu desenvolvimento se dá por meio do contato, da sua relação dinâmica com o mundo e com o outro, com o campo do qual é parte integrante. Ela só pode ser entendida a partir deste contexto, onde estão vinculados os fatores emocionais, cognitivos, orgânicos, comportamentais, sociais, históricos e culturais, que interagem entre si.

É na interação ininterrupta com o mundo, desde o momento do nascimento, até o fim da sua vida, que a criança se diferencia do outro, se desenvolve e se torna uma pessoa com características próprias. Esta interação é regida pelo ciclo do contato, que favorece seu ajustamento criativo ao meio, assimilando o nutritivo e alienando o tóxico, em uma troca constante com o meio. O desenvolvimento sadio e contínuo dos sentidos, do intelecto, do corpo e dos sentimentos da criança constitui a

base do seu senso de eu. Um senso de eu forte contribui para um bom contato com o meio ambiente e com as pessoas desse meio. (Aguiar, 200; Oaklander, 1980)

A criança, portanto, constrói sua história no contato com os grupos que fazem parte de sua vida, entre eles sua família, sua escola, etc., os quais lhe transmitem seus valores, seu modo de ser e perceber o mundo. Considerando seu nível maturacional e a permissividade do meio em que vive, a relação que estabelece com o mundo se caracteriza pela possibilidade de ação e transformação no meio, visando sua adaptação. Desenvolve a capacidade de discriminar o que lhe faz bem ou não, primeiramente de forma reativa e depois de forma mais criativa. Este ajustamento criativo é a expressão de suas possibilidades de discriminação e transformação do meio. (Aguiar, 2003)

Perls (1947) postulou e classificou estágios de desenvolvimento relacionados às etapas de nascimento dos dentes. São eles o estágio pré-natal, o estágio pré-dental, relativo à amamentação, o estágio incisivo, relativo à mordida, e o estágio molar, relativo à mastigação. (informação verbal)

O primeiro estágio é caracterizado pela recepção passiva de oxigênio e de suprimento alimentar por parte do bebê. Ao nascer, o bebê passa ao estágio seguinte, onde precisa fornecer a si mesmo seu próprio oxigênio, por meio da respiração, e seu próprio alimento, por meio da sucção. Com o nascimento dos dentes, a criança desenvolve a capacidade de enfrentar os alimentos sólidos. Perls acreditava que a punição ou a rápida retirada do peito, poderiam resultar na inibição do ato de morder ou agredir, inibindo um fator essencial no processo de autorregulação orgânica. Para ele, a agressividade oral é uma importante resistência contra as imposições do meio, pois é a capacidade de desestruturar o alimento ou qualquer outra coisa do ambiente, o que permite sua assimilação pelo organismo. (idem)

Desta forma, a utilização dos dentes representa uma resistência saudável feita pelo contato ou pela agressão, diferentemente de uma resistência neurótica feita pela evitação ou pela fuga. Se a criança deixa de possuir esta resistência oral, restam-lhe duas possibilidades: ou repugna o alimento, evitando contato com algo que pode ser prejudicial ao organismo, ou engole-o inteiro. Neste último caso, a

criança introjeta um material que não lhe faz bem, permanecendo um corpo estranho em seu organismo. (idem)

De acordo com Polster & Polster (2001), a criança tem uma enorme necessidade de confiar em seu meio, pois inicialmente deve aceitar as coisas como lhe são determinadas ou livrar-se delas como puder. Se ela se encontra em um ambiente digno de confiança, o material oferecido será nutritivo e assimilável. Muitas vezes, entretanto, exigem da criança atitudes que têm pouca congruência com as necessidades que ela sente que tem, como quando uma criança é obrigada a “limpar o prato”, comendo mais do que precisa. Os julgamentos das autoridades se estabelecem, corroendo a identidade da criança, que se rende. Assim, as regras introjetadas governam quando a criança “engole sem mastigar” os valores de seus pais, de sua escola e de sua sociedade. Desta forma, a criança abre mão de seu poder de escolha na vida e acaba por “limpar o prato” a cada refeição, mesmo que não tenha mais fome - para citar um exemplo.

A criança, portanto, logo aprende que a vida não é perfeita, que o mundo é caótico, cheio de contradições. Muitas vezes é ensinada a aceitar os padrões vigentes de como ser, sentir, pensar e atuar e, apesar de suas resistências espontâneas, vai perdendo suas capacidades inatas de fazer escolhas e partir de suas próprias percepções, desistindo de ser ela mesma e conformando-se com o que a sociedade espera que ela seja. Acaba funcionando com idéias que não a pertencem, cresce acreditando no que ouve acerca de si, engolindo toda informação falsa a seu respeito. Desta forma, assume e põe para fora as características e descrições que absorveu dos outros, prejudicando seu ajustamento criativo. Seus próprios pais têm suas dificuldades pessoais, então a criança aprende a enfrentar e compensar. (Oaklander, 1980; Aguiar, 2003; Andrade, 2000)

Os autores (op.cit.) acrescentam que, procurando seu ajustamento criativo ao que o meio oferece e permite, tendo necessidade de confirmação, a criança desenvolve diversas maneiras de estar no mundo e se relacionar com ele, que podem ser mais ou menos satisfatórias. A maneira da criança se relacionar com o mundo se constrói a partir das relações que estabelece, das experiências que vive e das circunstâncias com as quais precisa lidar. Tal forma de relacionamento é,

portanto, singular. Muitas vivem, crescem e aprendem de forma bastante satisfatória, enquanto outras não.

Oaklander (1980) diz que as crianças fazem o que lhes for possível para ir em frente e sobreviver, sua investida é em direção ao crescimento. Diante da interrupção no funcionamento natural, adotam algum comportamento que, aparentemente, serve para fazê-las avançar. Muitas encontram alguma forma de se proteger. Algumas se retraem para não serem feridas, outras fantasiam para tornarem suas vidas mais agradáveis, mais fáceis de serem vividas, recolhendo-se para mundos de sua criação. Algumas brincam e aprendem como se nada importasse, não fazendo contato com o que é doloroso. Outras se protegem se esforçando para aparecer, recebendo mais atenção, o que tende a reforçar o comportamento mais intolerado pelos adultos.

Desta forma, muitas crianças poderão agir de modo agressivo, hostil ou hiperativo, enquanto outras ainda falam o mínimo possível ou nada. Algumas têm medo de tudo e todos, ou de alguma coisa em particular que afeta sua vida e todos que estejam com ela envolvidos. Muitas crianças poderão se tornar solícitas e “boazinhas” demais. Algumas se apegam de forma exagerada aos adultos que fazem parte de suas vidas. Outras não têm controle de esfíncter, ou têm alergia, asma, dores de cabeça, acidentes. Não existe limite para o que uma criança pode fazer para atender às suas necessidades.

A autora (op. cit.) acrescenta que, geralmente, as crianças que precisam de ajuda tem algo em comum: alguma deficiência em suas funções de contato. São incapazes de fazer um bom uso de uma ou mais de suas funções de contato ao se relacionarem com as pessoas. A forma com que uma pessoa utiliza suas funções de contato evidencia a força ou fraqueza relativa que sente. Visto que um senso de eu forte predispõe a um bom contato, é compreensível que a maior parte das crianças atendidas em terapia não pense bem em si mesma. Crianças pequenas não culpam os pais ou o mundo por seus problemas. Acreditam que elas próprias erraram, que são más e não são suficientemente bonitas ou inteligentes. Ainda assim, existe uma imensa vontade de sobreviver, de exceder os limites.

Aguiar (2003) complementa esta idéia dizendo que as formas insatisfatórias e disfuncionais de relação aparecem na criança através de comportamentos rígidos e estereotipados, em seus mecanismos de bloqueio de contato e nas distorções no uso das funções de contato. Funcionamento saudável ou não saudável são, então, fenômenos essencialmente interativos.

### **3.3.2. Aspectos teórico-práticos do processo psicoterápico infantil**

A criança que vem para a terapia apresenta, portanto, dificuldade em estabelecer contato pleno consigo mesma e com o mundo, o que a impede de se auto-regular satisfatoriamente. Independente do que é dito ou diagnosticado sobre a criança, é importante que o terapeuta trabalhe com ela a partir de onde ela está com ele. No consultório ela está estabelecendo contato com alguém que se dispõe a aceitá-la como ela é naquele momento, sem julgamentos a seu respeito. Desta forma, ela tem a oportunidade de revelar um outro lado de si mesma, um lado que ela pode ter dificuldade de manifestar aos seus pais ou professores.

A criança é um ser multifacetado, capaz de muitas formas de ser. O terapeuta deve se relacionar com ela do modo que ela escolheu ser naquele ambiente e naquele momento, seguindo o princípio gestáltico do aqui e agora. O dever do terapeuta é ajudar a criança a se separar das avaliações externas e autoconceitos errôneos, auxiliando-a a redescobrir seu próprio ser. O objetivo da terapia é restaurar a plena capacidade de contato da criança, levando-a a um processo de auto-regulação satisfatório. (Aguiar, 2003; Oaklander, 1980)

O processo terapêutico é caracterizado como semidiretivo, visto que o terapeuta muitas vezes propõe algo à criança, contudo sempre a partir do que a criança traz, tanto em termos de processo quanto em termos de conteúdo. Outro fator importante na Gestalt Terapia infantil é a utilização de recursos lúdicos, pois observa-se na criança o predomínio da linguagem lúdica em detrimento da linguagem verbal. Assim, o terapeuta utiliza recursos lúdicos estruturados ou não e diversas técnicas para explorá-los. (Aguiar, 2003)

A relação terapêutica se baseia nos pressupostos da teoria dialógica de Buber, na qual a pessoa do terapeuta procura entrar no mundo subjetivo de

significações emocionais da criança, tentando apreender o sentido de suas experiências, mediante a colocação em suspenso de todos os conhecimentos e hipóteses pré-estabelecidos a respeito de seus problemas e comportamentos. O terapeuta deve, portanto, valorizar a subjetividade da criança, suas experiências e sentimentos.

De acordo com Aguiar (ibidem), a estrutura básica do atendimento infantil se apresenta nos níveis de descrição, elaboração e identificação. Tais níveis, contudo, não são fases que obrigatoriamente aconteçam nesta forma e ordem. O processo terapêutico é um todo dentro desta estrutura. Permanecer no nível da descrição, por exemplo, não é bom ou ruim, somente sinaliza as possibilidades do cliente num determinado momento.

Um diferencial importante do atendimento à criança é a participação da família no processo terapêutico. É ela que traz a demanda inicial da criança e que a acompanha durante todo o processo, o que indica a existência de uma vinculação estreita entre os problemas apresentados pela criança e as dificuldades e expectativas de seus pais. É, portanto, de fundamental importância o acompanhamento da família ao longo do processo terapêutico da criança, visto que não se pode compreender a mesma fora de seu contexto familiar. Este acompanhamento acontece pela realização de sessões do terapeuta com os pais da criança e tem como foco a relação deles com a criança em questão. Ao longo das sessões, realiza-se quatro níveis de intervenção: informação, orientação, sensibilização e facilitação da comunicação entre seus membros. Pais engajados no processo terapêutico garantem maior eficácia e rapidez no tratamento. (Aguiar, ibidem)

### **3.4. A Arte na Gestalt Terapia com crianças**

*“A arte é uma fada que transmuta*

*E transfigura o mau destino.*

*Prova, olha, toca, cheira, escuta;*

*Cada sentido é um dom divino”.*

(Manuel Bandeira, apud Andrade, 2000)

Existem várias razões pelas quais as expressões de arte ajudam na terapia infantil: podem reduzir a ansiedade e ajudar a criança a se sentir mais à vontade com o terapeuta, podem ajudá-la a organizar sua narrativa, a recordar experiências passadas e estimulá-las a dizer mais do que diriam numa conversa com o terapeuta. (Choi et al., 2003)

É importante evitar a imposição de padrões adultos nos trabalhos criativos das crianças e fazer suposições sobre seus conteúdos e significados. É difícil chegar a conclusões com base em interpretações sobre o trabalho da criança, pois não passam das idéias do terapeuta, baseadas em seus sentimentos e experiências, não passando, desta forma, de tentativas de compreensão. Desta forma, a abordagem fenomenológica é útil para a compreensão da criança e sua arte. Uma postura fenomenológica implica em olhar a obra de arte com abertura para uma variedade de significados, o contexto em que foi criado, a maneira da criança ver o mundo. Procura-se traduzir o que se vê e ouve no sentido do terapeuta guiar suas interações com a criança. O primeiro passo para isto é respeitá-la como a especialista de sua própria experiência e encorajá-la a criar histórias para suas expressões artísticas. Quando o terapeuta utiliza uma lista de significados pré-determinados para compreender a obra da criança, a probabilidade é de que seus significados não sejam comunicados, mas sejam mal-entendidos ou desrespeitados. (Choi et al., 2003; Oaklander, 1980)

Outra característica da abordagem fenomenológica é a oportunidade de reconhecer nas expressões artísticas aspectos cognitivos, emocionais, interpessoais e aspectos relacionados ao desenvolvimento da criança. Procurar uma multiplicidade de significados provê o terapeuta de informações para o desenvolvimento e progresso da relação terapêutica, assim como para honrar a singularidade do indivíduo. (Choi et al., 2003)

A projeção é estimulada em grande parte das técnicas empregadas com crianças. Muitas vezes é chamada de mecanismo de defesa, com o objetivo de evitar sofrimento. Neste caso, um indivíduo projeta em outro o que sente quando não é capaz de lidar com o fato que este sentimento encontra-se em si mesmo. O indivíduo

pode ainda enxergar a si mesmo apenas através dos olhos dos outros, aprisionado-se ao que os outros pensam dele, fato com que se preocupa todo o tempo. Todavia, é também a base para toda criatividade científica e artística, além de um instrumento muito valioso em terapia. (Oaklander, 1980)

Como o material projetado vem do interior do sujeito, de suas experiências, daquilo que ele sabe e com o que se preocupa, as projeções são fontes reveladoras de muitas coisas a respeito de seu senso de si mesmo. Na opinião de Oaklander (ibidem), o que a criança expressa fora de si pode revelar suas fantasias, ansiedades, medos, frustrações, padrões, manipulações, impulsos, resistências, culpas, mágoas, desejos, necessidades e sentimentos. Esse material revelado é poderoso e deve ser tratado com cuidado, sendo a forma com que o terapeuta lida com ele de extrema importância. Muitas vezes a criança pode se permitir abrir somente pela projeção. Como boneca ou para uma boneca, pode dizer coisas que não diria diretamente ao terapeuta. Para as crianças que não falam, a projeção pode ser útil para sua expressão e fala por ela. Para as que falam demais, serve para focalizar o que está subjacente a todo o falatório.

O processo da autora (op.cit.) é o de ajudar, com delicadeza e paciência, a criança ampliar sua consciência e se conhecer melhor. Grande parte das crianças pode reconhecer rapidamente suas projeções como parte de si mesmas. É importante ajudar a criança a assumir o que revelou em sua obra.

Outro aspecto importante da terapia que pode ser facilitado pela utilização de recursos artísticos é lembrar, recuperar e fortificar características de contato que a criança teve quando bebê e parece ter perdido. A partir do despertar de seus sentidos, ela é capaz de reconhecer, aceitar e expressar seus sentimentos. Aprende que pode escolher e verbalizar seus desejos, necessidades e pensamentos. Aprendendo quem ela é, na sua individualidade diferente do outro, estará em contato com o outro. (Oaklander, 1980)

Para esta autora, o objetivo é construir o senso de eu da criança e fortalecer as funções de contato para renovar seu próprio contato com seus sentidos, sentimentos e cognição. Desta forma, os comportamentos e sintomas dos quais ela se utiliza para expressão e consciência mal dirigidos geralmente tornam-se

desnecessários e desaparecem sem que ela tenha plena consciência de sua mudança. Sua consciência é redirecionada para a percepção sadia de seu próprio organismo e, portanto, no sentido de condutas mais satisfatórias.

Por meio dos recursos de arte, pode-se encorajar a criança que tenha presente seu processo de experienciar e proporcionar às crianças o máximo possível de experiências nas áreas que mais necessita. A mudança é facilitada quando a criança é consciente do processo. À medida que sua consciência é desenvolvida, pode-se estudar as escolhas disponíveis, experimentar novas formas de ser, lidar com os medos ocultos da criança que a impedem de fazer opções diferentes que poderiam tornar sua vida melhor. (Oaklander, 1980)

Uma experiência sensorial é enriquecedora para a criança no sentido de favorecer o contato, renovando e favorecendo suas funções de contato. Afinal, é por meio dos sentidos que se estabelece contato com o mundo. Desta forma, evita-se que a criança alcance o modo de funcionamento de muitos adultos, como se seus sentidos, corpos e emoções não existissem. Estimula-se a utilização das funções de contato e recupera-se as que já haviam começado a se perder, salvando-se a criança de passar a vida como uma cabeça gigante pensando, analisando, julgando, imaginando, lembrando, fantasiando, prevendo, censurando. A cabeça do ser humano é apenas uma parte de seu organismo que precisa ser cuidado, cultivado e aproveitado como um todo. Precisa-se respeitar essas partes do organismo que trazem tanto poder e sabedoria. (ibidem)

Andrade (2000) lembra um fato interessante: “Muitos adultos não se recordam ou não percebem o ‘fazer a expressão artística’ com todos esses possíveis significados. Porém, mesmo que não se dê conta disso, quando criança desenhava, rabiscava, criava imagens, manchas de tinta e vivia tudo isto como uma verdadeira experiência vivencial, onde as emoções e percepções poderiam estar presentes sem censura”. (p.129)

A partir deste ponto, serão especificadas diversas formas de arte que podem ser aproveitadas na terapia infantil e suas características.

### 3.4.1. Artes manuais

#### - Desenho

*“A imagem não representa a imaginação – mas leva a imaginação a conhecer quem a imagem é”.*  
(Knill, Barba & Fuchs, apud Malchiodi, 1998, p. 83)

De acordo com Oaklander (1980), o ato de desenhar em si, além de proporcionar a expressão de sentimentos, é uma poderosa expressão de si mesmo que ajuda a estabelecer a auto-identidade. Ao compartilhar seu processo de desenhar ou descrever seu desenho à sua maneira, a criança está compartilhando sua forma de ser.

Pereira (1976) salienta que o tamanho do desenho, o lugar ocupado pelo mesmo no papel, a força utilizada no ato de desenhar, as cores usadas, a sucessão dos desenhos e as verbalizações do cliente funcionam como sinalização gestáltica e bastante precisa da comunicação do mesmo.

Existem algumas formas de promover a autodescoberta da criança: pode-se pedir a ela que descreva as formas, cores, contornos, representações, objetos ou pessoas. Pode-se, ainda, promover a identificação da criança com o desenho ou partes do desenho, fazendo perguntas que auxiliem este processo, possibilitando que o terapeuta “entre” no desenho junto com a criança. Desta maneira, a criança pode se abrir para muitas maneiras possíveis de funcionar e relacionar-se. Outra forma de trabalhar com o desenho é focalizando a atenção da criança e estimulando sua consciência, destacando ou exagerando uma parte ou partes da figura, encorajando a criança a ir mais longe que possa com uma parte específica. Pode-se pedir que a criança mantenha um diálogo entre duas partes da sua figura, ou entre dois pontos de oposição ou de contato. Sua consciência sobre seu trabalho pode melhorar se prestar atenção nas cores. (Oaklander, 1980)

A autora (ibidem) acrescenta que se pode ajudar a criança a assumir o que foi dito sobre a figura ou partes da figura. Neste caso, as perguntas devem ser feitas com cuidado e clareza. As crianças, contudo, não precisam assumir as coisas sempre. Pode ser que se recolham e fiquem assustadas, às vezes não estão prontas. Pode ser suficiente que tenham revelado algo por meio da figura, mesmo

que não assumam como seus. Pode ser que digam que o que tinham para dizer já foi ouvido, pois o que tinham vontade e necessidade de expressar naquele momento já foi expressado à sua própria maneira. Outra alternativa é abandonar o desenho e trabalhar com os conflitos que surgiram a partir do trabalho. Pode-se chamar a atenção da criança para os espaços vazios da figura.

Mèredieu (1974) explica o poder expressivo deste recurso artístico: “Se o desenho permite assim, aceder à personalidade de seu autor, é porque ele constitui um lugar privilegiado de projeção – do mesmo modo, aliás, que qualquer obra de arte”. (p.62)

É comum observar na prática de arteterapia que o cliente projeta no desenho o que nega em seu discurso e o que não suportaria conscientizar. Geralmente, é melhor trabalhar primeiramente com os assuntos mais fáceis e confortáveis para a criança, e só depois entrar nos assuntos mais difíceis e desconfortáveis. Conversando-se sobre o que é mais fácil, a criança termina abrindo espaço para falar de suas dificuldades. (Pereira, 1976; Oaklander, 1980)

Melanie Klein (apud Mèredieu, 1974) diz que o desenho provoca a revivência de experiências passadas. A criança pode então exprimir suas fantasias, tendo a cor muitas vezes uma função importante, pois vivifica personagens e objetos. O desenho informa sobre a natureza das fantasias da criança. Permite que conteúdos que eram fundo, emergjam como figura.

Oaklander (1980) aconselha o terapeuta a observar com atenção a postura corporal da criança, sua respiração, o tom de sua voz, sua expressão facial e corporal e seu silêncio. Este último pode ter uma série de significados, como recordar, pensar, censura, medo, repressão, ansiedade ou consciência de algo.

*O artista contemporâneo reencontra uma atitude que é a mesma da criança em face de suas produções. Esta não se apega espontaneamente às suas obras, e quando o faz parece que é sob a influência do adulto que, este sim, interessa-se pela obra e pela obra acabada. A criança de três ou quatro anos não reconhece como seu o desenho executado alguns minutos antes; depois que a obra é produzida, retira-se dela e concentra todas as suas energias no gesto momento. Encontra uma intensa satisfação na manipulação das cores e*

*pigmentos que imprime no papel. Só o prazer do gesto é o que conta, o traço ativo que desenvolve e vive sua própria vida. Esse dinamismo do traço – que é uma das bases da pintura contemporânea – faz da criança um verdadeiro ator que se projeta na sua obra até que ambos se tornem um só. Na criança, o desenho é antes de mais nada motor; a observação de uma criança pequena desenhando mostra bem que o corpo inteiro funciona e que a criança sente prazer nesta gesticulação. (Mèredieu, 1974, p. 6.)*

- Pintura

*“Eu não nasci para brincar com a figura, fazer berloques, enfeitar o mundo. Eu pinto porque a vida dói”. (Camargo apud Silveira, 2001, p.84)*

Andrade (2000) diz que, segundo a pesquisa moderna, a imagem é o processo de pensamento que evoca o uso dos sentidos, além de movimento e posição. As imagens mentais são o conteúdo natural da imaginação, do sonho, da saudade e são mecanismos não verbais e não lógicos de comunicação entre a emoção, a percepção, a mudança corporal e o outro, o meio ambiente.

Riley (1998) acrescenta que a linguagem plástica proporciona um trabalho em que as experiências internas tomam a concretude de uma mensagem complexa e intrigante que a pessoa envia a si mesma, despertando fascínio e interesse. Com este produto pode-se dialogar longa e repetidamente tanto no plano individual quanto em conjunto com o terapeuta, revelando o íntimo do cliente por meio da criação.

A auto-expressão por imagens propicia uma linguagem metafórica que, quando relacionados ao momento de vida das pessoas, podem proporcionar um profundo conhecimento de si, reflexões e *insights* valiosos. Além disso, permite uma experiência nova e vivificadora, que abre oportunidade para a construção de um novo olhar sobre o cotidiano. Ao estimular o cliente a experimentar novas lentes e ângulos de visão sobre o que lhe é tão costumeiro, possibilita a construção, desconstrução e a reconfiguração criativa de suas percepções. (Riley, *ibidem*)

Païn & Jarreau (2001) afirmam que a criança, à medida que se apropria de seus gestos, procura deixar a sua marca. A configuração desta é uma longa conquista que pode resultar, no melhor dos casos, em uma obra de arte.

Os autores (op.cit.) recomendam que o terapeuta proponha, inicialmente, que o cliente experimente as cores, facilitando o estabelecimento de contato sem comportar riscos para o sujeito. Pode-se, com esta atividade, explorar as cores e as sensações que provocam. Em seguida, o sujeito é livre para pintar o que for de sua escolha. O terapeuta deve ficar atento ao processo do cliente, à forma como ele pinta, o que pinta primeiro, suas demonstrações de sentimento, etc. Quando a pintura estiver pronta, terapeuta e cliente olham o trabalho de perto, de longe e experimentam diversos ângulos de visão. É importante colocar em palavras a conclusão desses olhares como tomada de consciência dos progressos executados.

Para Oaklander (1980), a pintura possui um valor terapêutico especial. Quando a pintura flui, geralmente o mesmo acontece com a emoção. As crianças têm prazer em pintar, adoram sua fluência e o brilho das tintas. A cor e tonalidade, além da fluidez da pintura, são bastante congruentes com estados de sentimentos. Um processo para ajudar as crianças a descobrir novas passagens para lugares de si próprias é a criação de imagens dirigidas.

Além de pintar com pincel, a criança pode também pintar com os dedos, o que permite que ela experiencie e fortaleça seu sentido do tato. O simples prazer proporcionado pela atividade aliado à fluidez e a percepção sensual da pintura, abrem a criança para compartilhar alguns sentimentos profundos. Isto pode conduzir a uma conversa sobre algum problema de sua vida que, por sua vez, pode levar a uma discussão das opções que tem para resolver aquele problema. Ou pode ser que a criança permaneça em silêncio durante toda a sessão. Algumas crianças podem julgar infantil a idéia de pintar com os dedos e recusá-la. É importante que o terapeuta esteja intimamente conectado à forma como a criança responde à atividade, sendo capaz de reconhecer o fluxo e o refluxo no processo da mesma. Movendo-se junto com a criança, o terapeuta pode perceber quando falar e quando permanecer em silêncio. (Oaklander, ibidem)

- Modelagem

*“A imaginação se entrega com toda sinceridade às metamorfoses e, ei-la aqui, feita monstros. Monstros que são reservas de força, de fontes inesgotáveis de agressividade. Você verá que o tranqüilo colocado*

*sob o debastador formulam-se, em seguida, em chifres e dentes.” (Bachelard, 1970 apud Païn & Jarreau, 2001, p. 108)*

Sobre a utilização da argila no processo terapêutico, Oaklander (1980) afirma que, sendo um material flexível e maleável, adapta-se às necessidades mais variadas. Por suas características únicas de ser mole, macia e sensual, é especial e atraente para crianças de todas as idades. Estimula um dos processos internos mais primários, proporciona a oportunidade de fluidez entre material e manipulador como nenhum outro. Oferecendo tanto experiência tátil como cinestésica, é fácil tornar-se uno com a argila. Aproxima o indivíduo de seus sentimentos, muitas vezes aparentando penetrar nas barreiras da criança. Este tipo de experiência pode ser importante para crianças com problemas motores e perceptuais.

Segundo Païn & Jarreau (2001), o primeiro passo no trabalho com argila é o reconhecimento das reações específicas que o material provoca, por meio da exploração do material e suas possibilidades. Pode-se pedir ao cliente que faça uma bola, uma haste, uma placa e outras formas para incentivar esta exploração. Pode-se, também, pedir a ele que verbalize suas sensações. Em seguida, o sujeito é livre para modelar o que quiser. O terapeuta acompanha o indivíduo em seu processo e avalia os momentos favoráveis para intervir. Quando o objeto estiver pronto, explora-se as sensações que o cliente teve enquanto criava e os sentimentos que provoca na pessoa que o criou.

Oaklander (1980) comenta as diversas reações que a criança pode ter quando está em contato com a argila. Segundo ela, uma criança agressiva pode bater na argila, uma criança zangada pode descarregar sua raiva neste material. Uma criança insegura pode ter uma sensação de domínio por meio da argila. Esta pode ser desmanchada e não existem regras para a sua utilização. Crianças com baixa auto-estima experienciam um senso incrível de si mesmas utilizando a argila, visto que é bastante difícil cometer um erro ao trabalhar com este material. Constitui um bem elo de ligação com a expressão verbal para crianças que não falam. Por outro lado, proporciona às crianças que falam demais um meio de expressão que se afasta do amontoado de palavras. A argila pode, ainda, ajudar a criança a cultivar e satisfazer sua curiosidade a respeito do sexo e de suas funções corporais.

É bastante significativo o fato de uma criança ter receio da massa molhada e suja que a argila representa. É bastante revelador e constitui uma direção proveitosa a ser seguida em terapia. A compulsão de limpeza da criança está, provavelmente, relacionada a seus problemas emocionais, o que pode não ficar óbvio com nenhum dos outros materiais apresentados a ela. Frequentemente, uma criança com estas características, ao mesmo tempo que sente repulsa pelo material, sente-se fascinada e acaba se envolvendo cuidadosamente. Crianças que têm problemas de evacuação também podem ter muitos ganhos no trabalho com argila. (Oaklander, *ibidem*)

A modelagem pode ser uma atividade prazerosa para a criança tanto como uma atividade solitária, como quando empregada numa atividade social. As crianças costumam manter conversas maravilhosas entre si durante uma atividade livre, muitas vezes interagindo num nível mais profundo, partilhando idéias, pensamentos, experiências e sentimentos. (*idem*)

A autora (*ibidem*) ainda acrescenta que, geralmente, as pessoas que estão distantes do contato com seus sentimentos e que costumam bloquear sua expressão, estão igualmente fora de contato com seus sentidos. A qualidade sensual da argila pode oferecer a estas pessoas uma ponte entre seus sentidos e seus sentimentos. Permite ao terapeuta observar o processo da criança, ver o que se passa com ela observando a forma como ela trabalha com a argila.

Pereira (1976) complementa esta idéia afirmando que os processos de projeção podem ser observados em plena ação. As pessoas possuem a tendência de imprimir sobre sua peça de modelagem suas próprias características corporais, incluindo seus estados de ânimo. Até distinções de visão e de audição são nele representados. Pessoas deprimidas imprimem à figura seu estado de desânimo e desalento. Projetando-se na argila, a pessoa transmite algo de si própria. Desta forma, pode-se notar em que medida o mundo interno da pessoa é projetado no mundo real e, assim fazendo, pode-se modificá-lo. Na modelagem, existe a possibilidade de realização de uma experiência mais delicada das fronteiras do “eu” e do objeto, distinguir entre percepção e fantasia e medir, de alguma forma, suas diversas contribuições.

O autor (op.cit.) acrescenta que no trabalho de modelagem, foi capaz de observar algumas pessoas tomando consciência, pela primeira vez, de partes de seu corpo. Assim, tomaram posse de seus reflexos e de seus movimentos, com sua vontade se expressando em tônus e liberdade muscular. A partir daí, pôde-se iniciar um processo de consciência da responsabilidade individual.

Pereira (ibidem) conclui que o trabalho de modelagem parece completar e estimular uma integração global do sentir, do fazer e do pensar num mesmo ato – o de criação.

- Colagem

Oaklander (1980) diz que o processo de colagem pode ser bastante significativo. Mesmo que, em algum momento, não apareça nada para se trabalhar, a criança ao menos teve a oportunidade de se expressar, fazendo uma afirmação sobre si mesma. É uma atividade divertida e ajuda a soltar a imaginação. Pode ser utilizada como experiência sensorial ou como manifestação emocional.

A técnica ganha valor psicopedagógico se for proposta com uma graduação nas dificuldades. Païn & Jarreau (2001) conduzem as crianças a abordarem a colagem rasgando o papel, em vez de cortá-lo. Favorece-se um contato mais direto e sensorial com o material quando este é proposto de maneira secundária. Além disso, o aspecto do papel rasgado é mais plástico.

A progressão proposta pelos autores seguiria do papel rasgado a tecidos e materiais diversos cortados e colados. Eles propõem também que a criança procure formar um ser humano, um animal ou escolha a forma que quiser, sendo que o terapeuta pode limitar o número de cores ou não.

### **3.4.2. Artes cênicas**

- Dança

*“Minha casa é meu corpo. Devo tentar conhecê-lo para fazer com que meus próprios limites se desloquem sem medo. Não posso construir arranha-céus sem saber como é minha casa-corpo”. (Fux, 1996, p.35)*

Langer (1953) diz que o movimento é transformado na arte tornando-se expressão, gesto. Todo movimento de dança é gesto, e este é movimento vital. À medida que para quem o executa é uma ação e para quem observa, um efeito, o gesto é ao mesmo tempo subjetivo e objetivo, pessoal e público, desejado (ou evocado) e percebido. A consciência de vida, a sensação de poder vital, mesmo do poder de receber impressões, apreender o meio ambiente e deparar-se com mudanças, é nossa mais imediata consciência de nós mesmos.

O gesto funciona como sinal ou sintoma de nossos desejos, intenções, exigências, expectativas e sentimentos. É sempre espontaneamente expressivo, sua compreensão depende de sua forma, pois pode ser livre e grande ou nervoso e contido, rápido ou lento, etc., de acordo com o estado emocional de quem o realiza. Esse aspecto de auto-expressão é semelhante ao tom de voz na fala. (Langer, *ibidem*)

Oaklander (1980) afirma que qualquer emoção possui um correspondente físico, sendo que nossos músculos reagem de alguma forma. Geralmente a reação é constringente, contendo a manifestação natural. As crianças somente entram em contato com suas respostas musculares quando solicitadas a se mover de formas que favoreçam a expressão das emoções, descobrindo formas de colocar suas emoções para fora, em vez de interiorizá-las.

Segundo Campos (2002), “o bem-estar físico traz reflexos aos aspectos psíquico e emocional. A história da pessoa está em seu corpo, que a revela. Apropriando-se do próprio corpo e conhecendo-o melhor, a pessoa se obriga a respeitá-lo”. (p. 28)

A autora (*op.cit.*) acrescenta que, atualmente, até mesmo as crianças têm se tornado mais mentais com o estilo de vida que levam. Ficam quietas, muitas vezes presas ao computador ou à televisão, alheias ao mundo. Falta-lhes estímulo e ação, surge o medo. O perigo, sempre sinalizado pelo adulto, ao invés de paralisá-la, deveria deixá-la mais atenta. Quando a criança torna-se capaz de lidar com esses sentimentos e reações, a consequência é a auto-confiança.

Cavalcanti (apud Campos, 2002) afirma que a percepção de mundo da criança é diferente da do adulto, ela age diferente. É muito mais espontânea e precisa de movimento para crescer.

Uma criança desligada de seu corpo, não domina o senso de si mesma, além de não possuir uma grande dose de força física e emocional. Neste caso, precisa-se ajudá-la a conhecê-lo, sentir-se à vontade nele e aprender a utilizá-lo novamente. Por meio da dança, tem-se a oportunidade de ajudar a criança a fazer uso de seu organismo total numa situação terapeuticamente visível. É possível observar claramente as áreas de seu desenvolvimento que estão precárias e precisam ser fortalecidas. Pode-se notar sua forma de se movimentar e utilizar seu corpo, se há rigidez ou facilidade e fluidez de movimento. Pode-se, ainda, trabalhar o processo que pode ser notado na dança da criança.

Atividades corporais permitem que a criança experiencie a unidade e o equilíbrio entre o mundo interior, subjetivo, e o mundo exterior, duplicando sua capacidade de se realizar, compreender e expressar. A criança pode ampliar integralmente suas percepções pela imaginação, imitação e identificação. Pode ser levada a desenvolver espontaneidade de movimentos, sem inibições. (Vilas-Boas, 1995)

Esta autora acrescenta que, por meio de exercícios corporais, a criança pode ser estimulada a perceber continuamente o que acontece dentro e fora de seu corpo. Hubert Saal (apud Renno, 1979) diz que a dança é a arte capaz de integrar harmoniosamente as distintas partes do corpo humano. Além disso, estimula concentração, iniciativa, memória, intuição e imaginação.

O objetivo é que a criança aprenda a pensar por si mesma e a tirar suas próprias conclusões, não precisando buscar respostas exteriores, mas que possa se valer de sua própria autoridade. Que aprenda a conduzir sua própria vida, a discriminar e contemplar o que é contatado no meio, sendo capaz de aceitar ou rejeitar de acordo com o que é melhor para si. Conscientizando-se de seu eu integral, as crianças terão menor propensão a cair nas armadilhas de identificação material e nas confusões causadas pelos encantos e ilusões do mundo. (Vilas-Boas, *ibidem*)

Desta forma, trabalhando o seu corpo através da dança, além de ter a oportunidade de expressar-se, a criança receberá estímulos para atitudes saudáveis para com a vida, nas relações com as pessoas e com si própria.

Concluindo com Merleau Ponty (2002), o movimento “não está na ignorância de si, não é cego para si, resplandece de um si”. (p. 20)

- Teatro

*“O teatro permite ser bom e ruim. Ser o mocinho e o bandido. Ser a luz e ser a sombra. Ser tudo. E assim, ter a liberdade de escolha na vida cotidiana”.* (Vibransovski, 2002, p. 130)

Conforme Morais (1988), as crianças passam um terço de seu tempo brincando de faz-de-conta. A eficiência da comunicação em contextos imaginários é surpreendente, as crianças se concentram e se envolvem completamente.

Esta mesma autora afirma que, ao brincar de faz-de-conta, a criança atua num mundo fictício, que é composto de elementos da realidade subjetiva – enquanto a criança expressa suas vivências e seus sentimentos, - e da realidade objetiva – enquanto ela usa elementos desta realidade e os transmuta. Pode-se falar, então, de ficção: uma projeção da realidade subjetiva sobre a objetiva, ou seja, uma recomposição desta última por meio de elementos originados da primeira. Assim, quando a criança altera a realidade objetiva na ficção, revela à maneira subjetiva como percebe a realidade ou à configuração que gostaria que a mesma assumisse. Além disso, experiencia a realidade do outro através da representação de papéis, de forma a compreendê-la ou elaborá-la à sua maneira. Geralmente, a criança ainda não reconhece a relatividade da realidade. Por isso, para ela os campos da ficção e da realidade são tão distintos.

Para Singer e Matthews (apud Morais, 1988), exceder a realidade faz parte da capacidade humana de agir em relação ao possível e desligar-se da percepção sensorial direta. Ao passar da realidade à fantasia por meio do faz-de-conta, a criança se distancia do meio fenomenal imediato, expandindo seu campo de atuação e percepção em espaço e tempo. A habilidade de lidar com o irreal ajuda a pessoa a conscientizar-se da realidade e das possibilidades humanas. Moreno (ibidem)

complementa o assunto ao afirmar que “o jogo de papéis pode ser utilizado como método para pesquisar mundos desconhecidos ou para a expansão do eu”.

Segundo Morais (op.cit.), a representação dramática permite que a criança expresse o que atinge sua sensibilidade, o lhe dá prazer ou desprazer e vontade ou medo de aprender, agindo “como se” ou “fazendo de conta que”. Pode ainda reviver, num campo livre de tensões e ameaças, experiências carregadas de emoções vividas por ela e que influem em suas reações atuais, tendo a oportunidade de percebê-las sob um novo ponto de vista. Desta forma, a criança revela ou revê o sentido que o mundo tem para ela, por meio de papéis imaginários que é capaz de reconhecer, imitar e interpretar.

Oaklander (1980) diz que a representação “ajuda as crianças a se aproximarem de si mesmas dando-lhes permissão para saírem de si mesmas. Ao brincar de representar as crianças de fato nunca saem de si mesmas; elas usam mais de si na experiência da improvisação”. (p. 159) Os jogos dramáticos auxiliam a criança a aumentar a autoconsciência que possuem, de seu corpo, de sua imaginação, de seus sentidos. O drama lhes permite desenvolver força e identidade ao dar-lhes a oportunidade de encontrar e dar vazão a partes ocultas de si mesmas. Através do teatro, as crianças são convidadas a experienciar o mundo ao seu redor e suas próprias formas de ser. Mobilizam todos os recursos que possuem: suas funções de contato, imaginação e intelecto para apreender o mundo à sua volta e transmitir suas idéias, ações, sentimentos e expressões.

A autora (op.cit.) acrescenta que a representação dramática trata da própria vida da criança, dela mesma. Pode utilizar o desempenho de papéis na tentativa de conquistar cada peça de todas as partes fartas de amor e de terror do universo, partes que originalmente lhe pertenciam. No teatro, ela não apenas fala da dor que sente no peito, mas dá a essa dor uma voz, torna-se essa dor. Pode interpretar sua mãe, sua professora, seu lado crítico e milhares de outras possibilidades. Pode se encontrar, estabelecer contato consigo mesma, experienciar-se de forma autêntica, sólida e clara. Pode permitir que suas partes reprimidas emergam e/ou experimentar a absorção, excitação e espontaneidade que falta em sua vida diária.

Vygotsky e Erikson (apud Morais, 1988) encaram a encenação como um compromisso entre a liberdade e a restrição. Para eles, o plano da simulação é hipotético e o indivíduo que atua neste plano reage com reagiria se as condições simuladas fossem verdadeiras e, portanto, é limitado por estas condições.

O Psicodrama e a Gestalt Terapia possuem uma visão em comum sobre as relações humanas: são fundamentais para o indivíduo atingir e manter seu ajustamento emocional. De acordo com Morais (ibidem), para a eficiência nas relações sociais, é essencial que as pessoas na relação considerem simultaneamente seu ponto de vista e o do outro. A autora diz que, do ponto de vista de Moreno, a compreensão de pessoas em seu sentir, pensar, observar e atuar aumenta com a percepção recíproca de papéis. Desta forma, a representação teatral facilita a percepção do outro, à medida que treina a representação de papéis. Uma criança, portanto, será capaz de compreender outra e conseguirá reagir adequadamente a esta considerando suas opiniões e sentimentos.

Outra característica que pode ser desenvolvida por meio do teatro, além da adoção da perspectiva do outro em várias situações, é o pensamento divergente, ou seja, a criatividade. Ao fazer de conta que é determinado personagem em um lugar imaginado, a criança pode encarar e utilizar materiais desligando-se do significado dos mesmos, transformando-os simbolicamente. Neste sentido, Vygotsky e El'Konin (apud Morais, 1988) apontam o rompimento da ligação rígida entre a palavra e o objeto como importante precursor do pensamento abstrato, do domínio do mundo dos significados.

Representações teatrais contribuem, ainda, para o treinamento na percepção de relações causais entre as ações que se seguem temporalmente. A representação dramática seria, neste sentido, a realização simulada das relações entre pessoas, ações e eventos e a representação da sucessão temporal destes fenômenos, permitindo que a criança possa integrar à sua experiência o significado das relações causais mais abstratas. (ibidem)

Uma criança que é constantemente limitada e controlada pelos adultos em seu dia-a-dia, pode sentir-se eficaz e adquirir um senso de domínio sobre o mundo por meio do teatro. Uma criança que recebe pouca estimulação externa suficientemente

incentivadora, que se encontra em estado de pouca ativação ou de monotonia, volta-se para suas experiências internas, onde procura a estimulação que não encontra no mundo externo. Esta criança pode manter-se num nível ótimo de ativação ao reviver experiências passadas, quer estas tenham sido agradável ou penosamente perturbadoras. (Morais,1988.)

Esta mesma autora acrescenta que, por outro lado, a criança que brinca pode se manter interessada na atividade para procurar conhecer melhor, testar e explorar suas potencialidades, habilidades, imagens, sentimentos e emoções. A experimentação de novos papéis pode interessar à criança em seus aspectos novos e desconhecidos. Neste sentido, esta criança mantém-se interessada no teatro enquanto este lhe desperte imagens e emoções que ainda não domina, cuja reativação e repetição podem dar-lhe um sentido de competência.

No ambiente da terapia, a criança se sente mais segura, o que reduz o medo e a ansiedade que certas situações produziram na vida real. Desta forma, a criança sente-se mais livre para explorar suas reações e experiências para reduzir a carga de ansiedade que algumas situações lhe trazem, numa posição mais segura e menos amedrontadora que a da vida real. (Morais, *ibidem*)

Existem diversas maneiras de se aproveitar o teatro no contexto terapêutico. Além da forma tradicional, em que as crianças representam papéis com o corpo, a voz e quaisquer outros recursos disponíveis para enriquecer o drama, pode-se recorrer também à pantomima. Oaklander (1980) diz que a consciência sensorial da criança pode ser intensificada por meio da utilização de expressões faciais e movimentos corporais sem recorrer à fala. A pantomima pode, ainda, envolver uma ação expressiva e a interação através do movimento corporal, comunicando sentimentos e estados de espírito, desenvolvendo caracterização de personagens, contando uma estória – tudo sem falar.

Outras alternativas são o teatro de fantoches e as marionetes. Conforme Oaklander (1980), a criança pode ter maior facilidade em falar por intermédio de um boneco do que expressar diretamente o que é difícil de dizer, pois o mesmo proporciona certo distanciamento, o que dá segurança à criança para revelar alguns dos seus pensamentos mais íntimos.

Vibranovski (2002) conclui que o teatro “traz a possibilidade de vivenciar personagens, emoções e sentimentos verdadeiros com se fossem de outro. Pode-se rir e chorar desse outro que sou “eu mesmo”. Ajuda a melhor se perceber através da cena. O teatro despotencializa e liberta personagens”. (p. 139)

### **3.4.3. Artes musicais**

*“A música expressa muito mais o que os seres humanos sentem do que o que pensam. Sua linguagem é um esperanto de emoções em vez de idéias”. (Reik, 1953, apud Gregori, 1997, p. 22)*

De acordo com Salazar Bañol (1993), “desde tempos remotos é sabido que a música produz efeitos nos estados de ânimo das pessoas. As melodias e tempos que elas abarcam produzem em nós reações em nível físico e mental”. (p. 49) Oaklander (1980) complementa afirmando que a música e as batidas rítmicas são formas antiquíssimas de comunicação e acrescentando que a harmonia entre o emprego deste recurso e o trabalho terapêutico com crianças é admirável.

A música propicia um meio de comunicação de caráter predominantemente emocional. Psicologicamente, a música tem o poder de relaxar, trazer lembranças ou provocar toda classe de sentimentos, dependendo do que é projetado na música. Desta forma, é poderosa, pois pode transformar qualquer meio ambiente apenas com a mudança no estado psicológico das pessoas. (Salazar Bañol, 1993)

Segundo Benenson (1988), a música é a técnica que mais se dirige à totalidade do indivíduo, busca a totalidade do corpo para expressar-se. Acrescenta que sua função é a abertura de canais de comunicação consigo mesmo e com o outro, estabelecendo um encontro mobilizador da força expressiva que há dentro do cliente. Além disso, permite retroagir a comunicação a estados muito regressivos, o que facilita a reelaboração de uma aprendizagem do cliente.

Andrès (2000) diz que a música emociona mais rapidamente do que as outras artes. Considerando este poder da música de desarmar as pessoas, tornando-as mais sensíveis, sua utilização é significativa quando associada às outras formas de arte. Muitos arteterapeutas colocam música enquanto seu cliente cria, promovendo seu contato com seus sentimentos, provocando suas emoções, para facilitar a projeção de seu mundo interior em sua obra artística.

Oaklander (1980) comenta sobre este assunto dizendo que, em sua experiência, a utilização da música trouxe resultados em casos onde outras tentativas haviam falhado. Segundo esta autora, a experiência de prazer que a música proporciona, mesmo que como fundo, permite um aumento no campo de atenção da criança e aumenta sua tolerância à frustração. As tensões internas e externas diminuem à medida que a realidade vai se tornando mais agradável.

Para Costa (1989), a utilização da música se centra no prazer de tocar, de ouvir, de movimentar-se. Para clientes que se escondem do mundo por perceberem-no frustrante, é possível aceitar a hipótese que para sua mudança é importante que passem a perceber que o mundo pode ser prazeroso. Acrescenta, ainda, que a música propicia a libertação dos constrangimentos da palavra e do discurso lógico, transportando o ouvinte para uma terra de sonho, onde encontra seus desejos satisfeitos e seus pesadelos mais infernais.

A música, portanto, pode também ser utilizada para as pessoas expressarem seus sentimentos criando sua própria música, através da utilização de instrumentos musicais ou do canto. Neste caso, o terapeuta deve ir de encontro ao cliente em qualquer nível que esteja, aceitando sua expressão sonoro-musical, por mais primária e sem criatividade que seja. O objetivo é a produção e organização de sons. Mesmo que, a princípio, esta produção sonora não tenha objetivo consciente de comunicação, se a pessoa está tocando a si mesma e usufruindo do prazer da própria música, a defesa contra a possibilidade de contato com o outro cai ou diminui significativamente. Ao escutar e ser escutado, tem-se início uma forma precária de percepção do outro, dando início a uma relação com o outro através da música. (Costa, *ibidem*)

A inclusão de instrumentos musicais na terapia permite estimular a obtenção de objetivos terapêuticos relacionados também a um melhor equilíbrio psicomotor, além de muitos aspectos analógicos da relação com o outro, como funções e vínculos traduzidos em diálogos sonoros, formas especiais de não comunicação (isolamento) e aspectos de conexão com a realidade, como é o perceber um estímulo e respondê-lo de forma pertinente.

Os exercícios musicais propiciam a identificação de traços da personalidade do cliente que ajudam na compreensão de suas relações diante de determinadas situações, preparando melhor suas reações diante da vida. Além disso, a música tem acesso a departamentos bem resguardados do indivíduo, e abre caminho para a criança falar de um momento de horror sobre o qual não poderia falar de outro modo. (Gregori, 1997)

Oaklander (1980) indica o uso de canções populares tocadas ao violão para o terapeuta que tiver esta habilidade. Afirma que, às vezes, têm mais forças do que livros de contos. São inúmeras as canções que atraem as crianças e abrangem emoções de qualquer faixa etária. Existem canções sobre qualquer sentimento ou situação de vida, canções que contam histórias e canções absurdas. As canções acrescentam vitalidade, beleza e força às emoções, imaginação e experiência das crianças. Para Costa (1989), entretanto, a escolha das canções deve ser feita pelo cliente, surgindo espontaneamente. Acrescenta que a música é uma linguagem cultural, o que torna possível a compreensão do que está sendo comunicado pelo cliente, ou pelo menos, proporciona a oportunidade de tentar esclarecer sua comunicação.

A utilização da música no processo terapêutico colabora para o desenvolvimento do potencial de comunicação, percepção, ação, comportamento e perspectivas sociais. É útil para o estabelecimento de contato, o treinamento sensorial, motor, intelectual, musical e social, a ativação e liberação de processos emocionais, o reforço do sentido de identidade, o desenvolvimento da fala e da linguagem, da percepção e da memória, de autoconfiança e autodisciplina, para o relaxamento e afastamento de problemas. (Costa, *ibidem*; Benenzom, 1988)

## CONSIDERAÇÕES FINAIS E CONCLUSÕES

***“Do alto da montanha, vejo, lá embaixo, no vale, os caminhos que se fizeram pelo caminhar constante dos passos dos que quiseram chegar a algum lugar. Quando desço a montanha, não consigo reencontrá-los, porque perdi a perspectiva do horizonte.***

***Resta-me agora fazer minha própria trilha”.***

*(Ribeiro, 1997, p.100)*

Arte e psicoterapia possuem uma característica em comum: promovem transformação. A primeira de forma natural, inconsciente; a segunda de forma dirigida, visando a ampliação da consciência. A união de ambas, portanto, é complementar em suas funções. A primeira proporciona a expressão e o contato do cliente com seus sentimentos e sensações, como também a projeção de seu mundo interior em uma obra de arte. A outra, por sua vez, utiliza-se deste contato estabelecido para promover *awareness*, e da obra realizada, juntamente com seu processo de realização, para a ampliação da consciência e a criação de novas maneiras de relacionamento com o mundo e consigo mesmo.

Existem, portanto, duas etapas neste processo. A primeira é a vivência artística, cujo objetivo principal é o estabelecimento do contato do cliente consigo próprio. Nesta etapa o terapeuta pode ajudá-lo tomar consciência de seus sentimentos e experiências enquanto realiza seu trabalho de arte. A segunda etapa se refere ao trabalho artístico realizado, quando terapeuta e cliente têm a oportunidade de explorar significados e as vivências que a obra produz no cliente ao revelar seus conflitos inconscientes e sua intimidade, além de promover novas significações e percepções, criando novas maneiras de lidar com a vida.

A inserção da arte na abordagem gestáltica com crianças traz ganhos tanto na facilitação do contato com suas emoções, quanto na promoção de seu desenvolvimento como um todo. Em um processo terapêutico que respeita a individualidade e os limites da criança, aceitando-a em sua totalidade e singularidade, ela se sente livre para ser autêntica e confiante para expor seus conflitos e conteúdos reprimidos. Com a utilização de técnicas de arte, a criança geralmente interessa-se pelo processo terapêutico, livra-se de suas armaduras e conta com mais uma forma de expressar o mundo que existe dentro de si. Este recurso alternativo estimula, ainda, o desenvolvimento de aspectos cognitivos, motores, perceptuais e sensoriais da criança, além do desenvolvimento de sua criatividade. É, portanto, inegável o valor da arte na abordagem gestáltica com crianças.

Existe uma condição, contudo, para que a arte contribua no processo terapêutico: a criança precisa estar disponível para trabalhar com este recurso. Além da imposição da técnica ser anti-gestáltica, a criança não se desarma e não aproveita o que a arte pode oferecer. Se houver insistência por parte do terapeuta, ela faz o que tem que ser feito de maneira mecânica, somente para agradar o mesmo.

Existem inúmeras formas de arte que podem contribuir para o processo terapêutico, cada uma com suas particularidades. As artes manuais possuem a característica de serem mais estáticas, predominando as funções sensório-motoras de contato da visão e do tato. As artes cênicas envolvem maior movimentação e intensidade de expressão corporal, com a predominância da função motora e, no caso do teatro, também da linguagem verbal e corporal. A música, por sua vez, estimula a audição e tem a característica única de potencializar todas as outras formas de arte em sua função terapêutica, pelo fato de mobilizar emoções que emergem no contato com a mesma enquanto algum tipo de expressão artística é desenvolvido.

É importante observar que, apesar de cada uma atingir melhor algumas funções de contato, todas envolvem o indivíduo como um todo. Além disso, parece que uma forma de arte complementa a outra, já que cada uma trabalha alguns aspectos específicos. Cada criança tem sua preferência por uma atividade artística, fato que deve ser considerado, sem deixar de lado o objetivo da aplicação da técnica.

É interessante, também, intercalar as formas de arte. Pode-se, por exemplo, criar fantoches e marionetes ou figurinos para utilizá-los em dramatizações; colocar uma música para dançar ou como fundo para qualquer outra atividade artística; criar instrumentos musicais que expressem o estado interior do cliente, etc. São inúmeras as possibilidades, só depende da habilidade e da criatividade do terapeuta.

Este fator, inclusive, é fundamental para o psicólogo que trabalha com arte em seu consultório. É responsabilidade dele a criação de atividades e a exploração das mesmas na terapia. Com criatividade, a arte possui infinitas possibilidades de aproveitamento. Outras formas de arte, que não foram citadas no trabalho, também podem ser aproveitadas na terapia, como a poesia e a criação de máscaras. O circo, por exemplo, tem um potencial expressivo imenso. Sua grande variedade de recursos - como a corda bamba, os malabares, a cama elástica ou o tecido - podem representar diferentes estados de espírito. Não é preciso dominar as técnicas circenses, basta que se brinque de circo!

É importante que se realize pesquisas nessa área e que se escreva mais sobre o assunto. Quanto mais conhecimento sobre este tema for obtido, quanto mais aspectos forem abordados, quanto mais profundidade for alcançada, mais técnicas poderão ser desenvolvidas. Quanto mais estudos e publicações houver sobre o assunto, melhor para o cliente, melhor para o terapeuta, melhor para a psicologia, melhor para o país e melhor para o mundo.

## REFERÊNCIAS BIBLIOGRÁFICAS

- AGUIAR, Luciana. Crescer com a criança. **Viver**, São Paulo, n. 128, p. 28-29, set. 2003.
- AGUIAR, Moysés. **O teatro terapêutico**: escritos psicodramáticos. São Paulo: Papyrus, 1990.
- ALVES, Maura (2003, novembro). **Arte, Gestalt-terapia e criatividade**. Trabalho apresentado no VI Congresso Brasileiro da Abordagem Gestáltica, Gramado, Brasil.
- ALVIM, Mônica (2003, novembro). **Arte, Gestalt-terapia e criatividade**. Trabalho apresentado no VI Congresso Brasileiro da Abordagem Gestáltica, Gramado, Brasil.
- ANDRADE, Liomar Quinto de. **Terapias expressivas**: arte-terapia, arte-educação, terapia-artística. São Paulo: Vetor, 2000.
- ANDRÉS, Maria Helena. **Vivência e arte**. Rio de Janeiro: Livraria Agir, 1966.
- BENZOM, Rolando. **Teoria da musicoterapia**. São Paulo: Summus, 1988.
- BOCK, Ana Mercês Bahia; FURTADO, Odair; TEIXEIRA, Maria de Lourdes Trassi. **Psicologias**: uma introdução ao estudo da psicologia. 13ª ed. São Paulo: Saraiva, 1999.

- BOECHAT, Walter. Criatividade e os limites da interpretação. **Imagens da transformação**, Rio de Janeiro, v. 1, n. 1, p. 46-53, out. 1994.
- BOSI, Alfredo. **Reflexões sobre a arte**. 7<sup>a</sup> ed. São Paulo: Ática, 2001.
- CAMPOS, Rose. Terapias corporais em alta. **Viver**, São Paulo, n. 116, p. 24-29, set. 2002.
- CHOI, Wae Soon et al. **Handbook of art therapy**. Nova Iorque: Guilford, 2003.
- CIORNAI, Selma. Arteterapia gestáltica: relatos de experiências. **Imagens da transformação**, Rio de Janeiro, v. 1, n. 1, p. 40-45, out. 1994.
- COSTA, Clarice Moura. **O despertar para o outro**: musicoterapia. São Paulo: Summus, 1989.
- DORON, Roland; PAROT, Françoise. **Dicionário de Psicologia**. São Paulo: Ática, 1998.
- FICHTNER, Nilo (Org.). **Prevenção, diagnóstico e tratamento dos transtornos mentais da infância e da adolescência**: um enfoque desenvolvimental. Porto Alegre: Artes Médicas, 1997.
- FUX, Maria. **Formação em dançaterapia**. São Paulo: Summus, 1996.
- GILLS, T. R. **História do existencialismo e da fenomenologia**. São Paulo: Epu, 1989.
- GINGER, Serge; GINGER, Anne. **Gestalt**: uma terapia do contato. São Paulo: Summus, 1995.

GOLINELLI, Rinalda. Arte Terapia: um caminho para a expressão dos sentimentos.

**Imagens da Transformação**, Rio de Janeiro, v. 9, n. 9, p.199-205, 2002.

GREGORI, Maria Lúcia P. **Música e Yoga**: transformando a sua vida. Rio de Janeiro:

D.P.&A., 1997.

HOUAISS, Antônio; VILLAR, Mauro de Salles; FRANCO, Francisco Manoel de Mello.

**Dicionário Houaiss**: sinônimos e antônimos. 1ª ed. Rio de Janeiro: Objetiva, 2003.

LIMA, Pedro Rocha. Repensando a psicoterapia. **Imagens da transformação**, Rio de

Janeiro, v. 9, n. 9, p.180-191, 2002.

MACRI, Regina. A poética do inconsciente. **Imagens da transformação**, Rio de

Janeiro, v. 9, n. 9, p. 192-198, 2002.

MALCHIODI, Cathy A. **The art therapy sourcebook**. Los Angeles: Lowell House, 1998.

MÈREDIEU, Florence de. **O desenho infantil**. São Paulo: Cultrix, 1974.

MERLEAU-PONTY. **O olho e o espírito**. 4ª ed. Vega, 2002.

MORAIS, Maria de Lima Salum e. Faz de conta e participação social. In:GONÇALVES,

Camilla Salles (Org.). **Psicodrama com crianças**: uma psicoterapia possível. 2ª ed.

São Paulo: Agora, 1988.

NUNES, Benedito. **Introdução à filosofia da arte**. 3ª ed. São Paulo: Ática,1991.

OAKLANDER, Violet. **Descobrendo crianças**: a abordagem gestáltica com crianças e

adolescentes. 13ª ed. São Paulo: Summus,1980.

- PAÏN, Sara; JARREAU, Gladys. **Teoria e técnica da arte-terapia**: a compreensão do sujeito. Porto Alegre: Artmed, 2001.
- PEREIRA, R.C. C. **A espiral do símbolo**: a arte como terapia. Petrópolis: Vozes, 1976.
- POLSTER, Erving; POLSTER, Miriam. **Gestalt-terapia integrada**. São Paulo: Summus, 2001.
- PHILIPPINI, Angela. Mas o que é mesmo arte terapia? **Imagens da transformação**, Rio de Janeiro, v. 5, n. 5, p. 4-9, set. 1998.
- RENNO, Eline. **Coreoterapia**: terapia através da dança. Bahia, 1979.
- RHYNE, Janie. **Arte e gestalt**: padrões que convergem. São Paulo: Summus, 2000.
- RIBEIRO, Alessandra et al. **A diversidade da Psicologia**: uma construção teórica. São Paulo: Cortez, 2002
- RIBEIRO, Jorge Ponciano. **O ciclo do contato**: temas básicos na abordagem gestáltica. 2ª ed. São Paulo: Summus, 1997.
- RILEY, Shirley. **Arteterapia para famílias**: abordagens integrativas. São Paulo: Summus, 1998.
- RODRIGUES, Hugo Elídio. **Introdução à Gestalt –Terapia**: conversando sobre os fundamentos da abordagem gestáltica. Rio de Janeiro: Vozes, 2000.
- ROSÁRIO, Octavio. Astrologia humanística, arte terapia e o homem do terceiro milênio. **Imagens da transformação**, Rio de Janeiro, v. 9, n. 9, p. 157-165, 2002.
- SALAZAR BAÑOL, Fernando. **Biomúsica**. São Paulo: Ícone, 1993.

SALGADO, Mônica. A arte nos caminhos da vida e da cura. **Reflexões**, São Paulo, n. 3, p. 28-32, 99/2000.

SILVEIRA, Nise da. **O mundo das imagens**. 1ª ed. São Paulo: Ática, 1992.

SOUZA, Otília Rosângela. Arte terapia e criatividade: uma proposta para qualidade de vida na maturidade. **Imagens da transformação**, Rio de Janeiro, v. 9, n. 9, p. 167-179, 2002.

VIBRANOVSKI, Jitman. A arte ajuda? A ação criativa na recuperação do dependente químico. **Imagens da transformação**, Rio de Janeiro, v. 9, n. 9, p. 129-141, 2002.

VILAS-BOAS, Magda. **Criaciranda**: terapia corporal com crianças. São Paulo: Loyola, 1995.

VIRGOLIM, A. M. R. & FLEITH, D. de S. **Toc, toc...plim, plim!**: lidando com as emoções, brincando com o pensamento através da criatividade . São Paulo: Papyrus, 1999.