

A Arteterapia e o Ser Arteterapeuta em Questão

Nos últimos 50 anos, a Arteterapia vem buscando um campo unificado de conceituação a respeito de sua ação terapêutica. Ao longo dos anos vem se constituindo não só como método psicoterápico, mas como um método terapêutico que se insere nas áreas de Saúde, Educação e Artes, nos continentes Europeu, Asiático e Americano.

O termo Arteterapia abrange os instrumentos e as técnicas de diferentes canais expressivos, a saber: Música, Expressão Corporal, Artes Visuais, Literatura e Artes Cênicas, permeados por uma leitura simbólica do fazer artístico.

Tem, portanto, na arte um instrumento essencial para o desenvolvimento humano. As atividades artísticas têm efeitos terapêuticos e são até mesmo auto-curativas, pois a arte tem a possibilidade de ajudar na revelação do inconsciente. Possibilita ao indivíduo expressar seus conteúdos conflitivos e/ou traumáticos através de suas produções artísticas. Ao utilizar a arte com fins terapêuticos, deixa-se de privilegiar aspectos estéticos.

A Arteterapia baseia-se no conhecimento "*... de que todo o indivíduo, quer tenha ou não o treino da arte, tem uma capacidade latente para projetar seus conflitos interiores em formas visuais*" (Andrade, 1995). Parte do princípio que a vida psíquica tem uma tendência inata para a auto-organização e auto-regulação, como nos diz Jung e Paul Boyesen. O processo terapêutico através da arte poderá dinamizar estas tendências.

A prática da Arteterapia possibilita ao sujeito decifrar seu mundo interno, deparando-se com as imagens que a energia psíquica aí configura. A compreensão destas formas simbólicas possibilita o confronto com o inconsciente, e a tomada de consciência de seus conteúdos, uma vez que o mundo das emoções e o mundo das coisas concretas não está separado por fronteiras intransponíveis. Na realidade ambos permeiam-se no dia a dia, e este fato é particularmente manifesto nas obras de artes plásticas, literárias, nas letras das músicas, nos gestos e na criação e caracterização de personagens.

É, portanto, um processo terapêutico que se baseia na criação e análise de séries de produções artísticas, que isoladas, poderão oferecer dificuldades para serem decodificadas. Mas quando vistas sequencialmente, estas permitem acompanhar com bastante clareza o desdobramento de processos intra-psíquicos e identificar temas que possuam relação significativa com os indivíduos atendidos. Tais produções, tal qual os sonhos, indicam temáticas diversas e a existência de uma continuidade no fluxo de imagens do inconsciente.

O olhar do arteterapeuta para a criação artística tem por base o modelo teórico que o caracteriza: junguiano, gestáltico, comportamental, psicanalítico, antroposófico, psico-orgânico, centrado na pessoa, bioenergético, construtivista etc.

O campo de atuação da Arteterapia é vasto, podendo ser um recurso utilizado nas mais diversas áreas, a saber:

1. na **área Clínica** com atendimentos individuais e em grupos a crianças, adolescentes, adultos, anciões, portadores de deficiências, portadores de distúrbios orgânicos/psíquicos, famílias, casais. Ou em grupos com um perfil específico (gestantes, presidiários, drogadiços, agressores, vítimas de violência etc). É também utilizada como técnica psicodiagnóstica.

2. na **área Educacional**, tanto como releitura das atividades pedagógicas, como meio facilitador de capacitação de profissionais, na orientação profissional e no apoio psicopedagógico a portadores de dificuldade e distúrbios de aprendizagem, como instrumento de intervenção em atividades pedagógicas específicas (reuniões pedagógicas, reuniões de pais, processo de adaptação ou desligamento etc). No apoio às ações de inclusão escolar, na motivação para o aprendizado, no suporte para portadores de altas habilidades, no estímulo ao desenvolvimento de competências sociais, nos programas de prevenção e tratamento do Bullying, de educação afetivo-sexual e de educação ambiental, na prevenção do abandono escolar; na adaptação de imigrantes ou de minorias étnicas. No trabalho de Orientação Profissional ao jovem que ingressa o Ensino Médio Técnico ou está terminando seus estudos na busca de uma escolha profissional. No cuidado com a dimensão estética e cultural do fazer artístico na escola, integrando a multiplicidade das linguagens artística ao cotidiano escolar, atuando junto a equipe de profissionais da escola, alunos, famílias e comunidade, através da função de Ateliarista.

O foco do trabalho arteterapêutico na escola está na construção de subjetividade humana e as relações que se estabelecem no espaço escolar.

3. na **área Hospitalar**, com atendimentos a pacientes no leito em enfermarias, ou quando recebem tratamentos específicos como por exemplo a quimioterapia, a hemodiálise e outros. Também individualmente ou junto a seus familiares/cuidadores nos quartos e UTIs. Ou através de oficinas e ateliês arteterapêuticos, com grupos de reflexão específicos, com grupo de apoio aos familiares, com grupo de apoio a enlutados. É utilizada também na capacitação, apoio e sensibilização da equipe técnica, na minimização de danos causados por internações prolongadas, nos ambulatórios na dinamização de Salas de Espera com propostas diferenciadas, nas Classes Escolares, sendo um apoio ao educador que acompanha crianças em hospitais.

Na continuidade da hospitalização ou em situações em que o sujeito não pode se deslocar, a Arteterapia é utilizada no trabalho com Home Care com finalidades terapêuticas para pacientes, familiares e cuidadores.

4. na **área de Saúde Mental**, através de ateliês e oficinas expressivas, no atendimento clínico e de apoio psicossocial, no acompanhamento terapêutico com paciente e familiares, na inserção e reinserção social, no apoio aos familiares; na capacitação de equipe técnica, no Acompanhamento Terapêutico realizado em casa e na comunidade;

5. na **área de Reabilitação**, é um meio de integração e inclusão para pessoas com as mais diversas dificuldades. Explorando o aspecto sensorial do fazer artístico, a Arteterapia possibilita uma interação entre sujeito-objeto e meio externo, de forma a possibilitar a criação e recriação de formas individuais e no coletivo. Oportuniza ao sujeito receber uma gama de estímulos sensoriais e elaborá-los, favorecendo, por um lado, o mergulho num espaço interno para, posteriormente, voltar-se para o mundo exterior, reconhecendo as próprias limitações e potencialidades. Favorece a socialização podendo ser aplicada em grupos que tenham pessoas com ou menos limitações de ordem física e/ou emocional.

6. na **área Empresarial/Organizacional**, pode ser utilizada para estabelecer diagnósticos, recrutar e selecionar pessoal, capacitar tecnicamente, na gestão de conflitos, stress e na melhoria da comunicação em geral, na motivação para a realização de mudanças propostas pela empresa, no desenvolvimento de habilidades técnicas e pessoais, ou e em qualquer espaço organizacional que se proponha a um processo reflexivo acerca de sua atuação. Também na preparação para aposentadoria e no acompanhamento do indivíduo que se desliga de uma empresa após uma vida inteira a ela dedicada.

7. na **área de Adicção**, com todas as possibilidades de compulsões, sejam elas de substâncias químicas ou não, atuando em composição de equipe interdisciplinar, atendendo individualmente e/ou em dinâmica de oficinas para grupos, dando suporte a famílias, buscando a reestruturação e reorganização mental do indivíduo e de seus familiares;

8. na **área Artística**, em Oficinas de Sensibilização Através da Arte em propostas diversas, nos Laboratórios Arteterapêuticos de Estimulação Sensorial, em Exposições Interativas ou Temáticas com finalidades de auto conhecimento e livre expressão, na Formação e Preparação de Atores para interpretação das mais diversas personagens.

9. na **área Social**, no apoio a desempregados, na prevenção à violência, na violência doméstica, na toxicod dependência, nos abrigos de uma maneira geral; na reinserção de reclusos (abrigados, penitenciários, doentes mentais etc); no trabalho junto à população de risco; nas ações de mobilização comunitária; no fortalecimento da identidade cultural; no resgate social de menores em riscos, nos programas de geração de renda.

Enfim a Arteterapia pode ser utilizada em todos os campos e espaços onde o humano se faz presente e a livre expressão seja tanto incentivada, como acolhida, focalizando o auto conhecimento.

Vale ressaltar que áreas específicas requerem saberes também específicos. Por exemplo: não se pode trabalhar com crianças sem se conhecer o desenvolvimento infantil; não se pode desenvolver um trabalho na área de saúde mental sem saber psicopatologia; não se pode trabalhar com pacientes com doenças crônicas sem conhecer as possibilidades e limitações destas patologias.

A Arteterapia quando utilizada num campo específico do saber requer uma “*complementação teórico-técnica e prática*”, para poder ter inserções não só nos campos mostrados acima, mas em outros também.

Cabe ao arteterapeuta aprofundar o conhecimento nas áreas em que deseja atuar e complementar sua formação para um melhor desempenho de suas atividades, reconhecendo seus limites e suas possibilidades.

Toda e qualquer Formação em Arteterapia busca:

- a) capacitar o sujeito no domínio e na utilização de técnicas expressivas aliada à leitura simbólica;
- b) possibilitar o desenvolvimento da análise crítica e da interpretação das diversas linguagens artísticas;
- c) habilitar a conscientização e prática da Arteterapia em suas dimensões Clínica, Empresarial, Educacional, Hospitalar e Institucional.

Numa proposta formativa o estudo da Arteterapia abrange três eixos:

. o primeiro de **caráter vivencial**: onde o trabalho com os diferentes canais expressivos se alia ao treinamento e ao desenvolvimento do processo criativo, explorando a criatividade e sua expressão, a fim de preparar o sujeito para lidar com seus conteúdos conscientes e inconscientes.

O foco aqui é a personalidade do futuro arteterapeuta que tem em si mesmo a maior de todas as ferramentas para que seu trabalho possa fluir. A formação traz à tona conteúdos pessoais dos mais diversos, cabendo ao sujeito em Formação buscar espaços psicoterápicos para elaborá-los e aprofundá-los;

. o segundo de **caráter teórico**: focalizando um referencial que seja fio condutor das leituras simbólicas (na minha opinião, que considere a existência do inconsciente e suas manifestações), bem como a multiplicidade de técnicas e as particularidades dos diversos canais expressivos. Cabe ao sujeito em formação buscar ao longo do processo aprofundamento nas bibliografias dadas de acordo com o seu interesse e necessidades de complementação para o futuro exercício profissional;

. o terceiro de **caráter prático**: possibilitando a aplicação teórico-técnica no trabalho individual e em grupos.

Esses três eixos se interligam e completam, não sendo possível tornar-se um arteterapeuta sem focar os três pontos citados.

Assim ser arteterapeuta é uma construção constante e contínua, tanto no que se refere aos conteúdos teóricos-técnicos, como no que se refere ao percurso pessoal.

Cada sujeito tem um tempo próprio e uma maneira única de se apropriar do que lhe é dado, apreender o que lhe é oferecido, aprofundar o conhecimento, mergulhar em si mesmo, elaborar os conteúdos que chegam do mundo interno e externo para, por fim, integrá-los.

Quando se “*termina*” uma Formação em Arteterapia - se é que podemos falar em término - o sujeito pode sair da “*fôrma*” e se apropriar da “*forma*” para ir em direção à “*ação*”. Espera-se que isso seja feito com responsabilidade e ética. Espera-se que esta passagem possa se dar no momento em que o amadurecimento pessoal se conjuga aos conhecimentos teóricos e técnicos adquiridos.

A maior ou menor abrangência do exercício do Arteterapeuta está na individualidade de sua própria formação. Na forma como ele escolheu conjugar seu processo pessoal + conhecimento teórico-técnico adquiridos e aprofundados + prática supervisionada.

Quanto mais amplo o conhecimento das expressões criadoras e das técnicas dos diferentes canais expressivos, bem como quanto maior a leitura simbólica e a atuação prática supervisionada, aliados ao trabalho pessoal, mais ampla poderá ser a inserção profissional do arteterapeuta no mercado profissional.

A todos aqueles que se dispõem a caminhar rumo ao ser arteterapeuta, faz-se necessário estar ciente de que neste ofício a principal ferramenta somos nós mesmos, tendo clareza da nossa responsabilidade ao se utilizar da arte como um instrumento para cuidar do outro.

Sobre a autora:

Ana Luisa Baptista formou-se em Arteterapia em 1993, sendo credenciada à Associação de Arteterapeutas do Rio de Janeiro - AARJ (reg. 022). É psicóloga (CRP: 05/23146), especialista em Psicologia Junguiana, psicoterapeuta corporal e formadora em Psicologia Biodinâmica e Análise Psico-Orgânica pela École Française D' Analyse Psycho-Organique (EFAPO) e pelo Centro Brasileira de Formação em Análise Psico-Orgânica (CEBRAFAPO); e Psicoterapeuta de Casais pela EFAPO.

Fundadora e coordenadora do Incorporar-te: Espaço Terapêutico Corpo Artes, desenvolve desde 1996, o curso Formação de Terapeutas em Arteterapia, visando uma construção formativa sólida para o futuro arteterapeuta.

O curso é reconhecido pela União Brasileira das Associações de Arteterapia (UBAAT), e credenciado às Associações de Arteterapia do Rio de Janeiro (AARJ) e Catarinense de Arteterapia (ACAT).

É Autora do livro Segredos do Coração, ilustrado por Márcia Széliga, que teve por base seu trabalho desenvolvido com crianças e adolescentes portadores de neoplasias e seus familiares, aliando os estudos da Psico-Oncologia à Arteterapia.

Por sua contribuição à integração entre essas duas linguagens, recebeu os prêmios: Melhor Pôster na categoria Contribuições à Prática da Psico-Oncologia, no XI Congresso Brasileiro de Psico-Oncologia e IV Encontro Internacional de Psico-Oncologia e Cuidados Paliativos, realizado no Rio de Janeiro, em 2010, pelo trabalho Segredos do Coração: o Não Dito e suas Consequências Relacionais para Crianças/Adolescentes Portadores de Neoplasia; melhor Pôster na categoria Contribuições à Prática da Psico-Oncologia no IX Congresso Brasileiro de Psico-Oncologia e II Encontro Internacional de Psico-Oncologia e Cuidados Paliativos, realizado em São Paulo, em 2006, pela apresentação do trabalho desenvolvido pelo Projeto Autoria de Contar Histórias e Arteterapia: o Jogo e a Arte no Adolescer com Câncer; e melhor Tema Livre na Categoria Originalidade no IX Congresso Brasileiro de Psico-Oncologia e II Encontro Internacional de Psico-Oncologia e Cuidados Paliativos, realizado em São Paulo, em 2006, pela apresentação do trabalho desenvolvido pelo Projeto Formas Marias de Ser: Uma Reflexão Acerca da Identidade Feminina - cujo a proposta era primeiramente, abrir um espaço de reflexão acerca da própria identidade e de troca entre mulheres - mães e acompanhantes de portadores de neoplasia e também, a geração de renda para ajuda nas despesas destas durante o tempo de afastamento de seus lares para cuidado com o filho doente. E teve o Programa Arteterapêutico Novos Rumos de Humanização Hospitalar, implantado no Hospital dos Servidores do Estado do Rio de Janeiro (HFSE/RJ) em 2011, selecionado e premiado pelo Más Que Palabras - Portal Solidário, da Fundacion Repsol, em 2015.

Atualmente, além da coordenação das atividades do Incorporarte e dos grupos de Formação de Terapeutas em Arteterapia no Rio de Janeiro, Paraná e Santa Catarina, trabalha com a Clínica Psicoterápica e Arteterapêutica no atendimento a crianças, adolescentes, adultos, casais e famílias, bem como na orientação profissional numa abordagem arteterapêutica.

Para mais informações sobre a Arteterapia, consulte:

www.incorporarte.psc.br

FB: <http://www.facebook.com/incorporarte.espacoterapeutico>

(Texto atualizado em dezembro de 2021).

