

A ARTE É TERAPIA: arteterapia em grupos comunitários

Priscila Maria Pandolfo¹
Adriana Silveira Kessler²

Resumo

O Presente artigo resulta de uma pesquisa bibliográfica sobre a arteterapia em grupos comunitários e suas diferentes modalidades terapêuticas. As referências teóricas desta investigação foram a Psicologia Social Comunitária, a qual busca entender e interpretar os fenômenos sociais envolvidos neste contexto, compreendendo o sujeito bio-psico-social, e a Arteterapia, uma técnica de trabalho terapêutico cujos materiais plásticos atuam como veículos facilitadores da expressão humana e canal de resolutividade de conflitivas vivenciais. Procuramos investigar quais os benefícios da arteterapia como instrumento facilitador para os grupos comunitários. Neste contexto o fazer possibilita a expressão do não verbalizável. Através da Arteterapia o indivíduo tem a possibilidade de criar, produzir e lançar um olhar sobre esta produção e, conseqüentemente, esta prática auxilia na reestruturação da subjetividade, ampliando-se para a auto-análise e autogestão, através das relações grupais e comunitárias.

PALAVRAS-CHAVE: Arteterapia. Grupos Comunitários. Psicologia Comunitária.

Introdução

Durante o processo de graduação em Psicologia, a arteterapia despertou-me um forte interesse pelo estudo e a compreensão de como seria possível trabalhar com o uso desta técnica que, na verdade, compõe-se de uma variedade de modalidades.

No período de estágio curricular, utilizamos algumas oficinas de arteterapia como recurso no trabalho com os grupos comunitários. Partindo desta experiência, busco aprofundar o conhecimento teórico-prático por esta pesquisa um recurso valioso de aprendizagem e crescimento pessoal dos sujeitos, às suas relações. Pode ser utilizada como recurso de intervenção terapêutica, visando promover qualidade de vida.

¹ Tradutora e Interprete de Língua de Sinais pelo Instituto de Pesquisa e Acessibilidade – IPESA da Universidade Luterana do Brasil – ULBRA/Campus/Canoas/RS, Acadêmica do Curso de Psicologia da Universidade Luterana do Brasil - ULBRA /Campus/Torres /RS. E-mail: pry_mp@hotmail.com. Rua André Pust, 822. CEP. 95-555-000. CAPÃO DA CANOA/ RS. Entrega dia 29/06/2012.

² Orientadora do artigo. Mestre em Psicologia Social e da Personalidade pela PUCRS. Psicóloga, Professora do curso de Psicologia e da Pós-Graduação ULBRA/Campus/Torres. E-mail: adripsi10@hotmail.com. Rua General Firmino Paim, 269, ap.04. CEP: 95560-000. TORRES/ RS.

O presente estudo sobre arteterapia nos grupos comunitários tem relevância no aspecto de que a arte pode produzir mudanças intra e interpessoais, tornando-se

Com a arteterapia o indivíduo pode expressar suas emoções e sentimentos através das modalidades oferecidas. A aplicação da arteterapia em grupos comunitários pode favorecer o fortalecimento de vínculos, essenciais para a auto-análise e autogestão comunitárias. A possibilidade de deparar-se com dificuldades pessoais nos grupos e seu compartilhamento, só acontece quando a confiança na continência do grupo fica estabelecida. O fluxo livre dos sentimentos pode assim expressar-se, mais do que através da fala, também do corpo (na dança), por exemplo, nos trabalhos artísticos, em geral, onde os resultados podem ser compartilhados, simbolizados e elaborados.

A arteterapia facilita processo de simbolização; enquanto expressão plástica é um meio de estabelecer uma comunicação. Para Medeiros e Branco (2008, p. 23), “a arteterapia permite ao arteterapeuta observar o sujeito enquanto vive uma experiência nova”.

Assim, pensando em arteterapia como recurso de trabalho no âmbito da psicologia social comunitária, torna-se de fundamental importância o esclarecimento teórico que auxilie no melhor entendimento acerca da inserção desta técnica em grupos comunitários. Os grupos comunitários vêm sendo excelente dispositivo de promoção de saúde e a inserção da psicologia neste âmbito está demarcando um espaço de atuação, pautado no resgate da convivência grupal para o enfrentamento do isolamento e desamparo das pessoas nas comunidades.

Levando em conta estes aspectos, este trabalho tem como problema compreender quais os benefícios da utilização da arteterapia em grupos comunitários? Norteando-se pelas questões: de que forma a arteterapia pode ser utilizada nestes grupos e quais os fatores psicossociais que podem levar os grupos comunitários a se beneficiarem com a arteterapia, aprofundando as modalidades utilizadas nesta técnica. Temos como objetivo geral, analisar a aplicação da arteterapia em benefício do trabalho com grupos comunitários nas comunidades.

A presente pesquisa se define como qualitativa que, para Strauss (2008), pode se referir à pesquisa sobre a vida das pessoas, experiências vividas, comportamentos, emoções e sentimentos, e também a pesquisa sobre funcionamento organizacional, movimentos sociais, fenômenos culturais. A necessidade de aprofundamento no tema origina esta pesquisa bibliográfica, que de

acordo com Gil (2007) envolve a vantagem de permitir ao investigador a cobertura de uma gama de fenômenos muito mais ampla do que aquela que poderia pesquisar diretamente.

História da Arteterapia

De acordo com Valladares e Novato (2001), desde o século V a.C., há registros na Grécia de emprego da arte como um meio de tratamento e cura. Desde épocas remotas, as expressões artísticas correspondem à expressão psíquica da comunidade e, particularmente, de cada indivíduo. Com isso, a arte passou a ser utilizada como instrumento de expressão cooperadora e transformadora na edificação de seres mais inventivos, criadores, fortes e saudáveis.

Os autores Barreto e Cunha (2009), afirmam que a arteterapia é uma prática terapêutica que se utiliza de diferentes recursos expressivos, presentes nas diversas áreas das artes, para facilitar aos participantes um contato com seu próprio universo imaginário e simbólico, possibilitando, dessa forma, novas descobertas sobre si mesmos. A utilização das modalidades facilita o contato com conteúdos inconscientes, propiciando experiências concretas a fim de permitir a elaboração dos conteúdos internos, mesmo que o acesso a estes não se dê no nível da palavra.

A Arte-terapia é uma abordagem técnica, terapêutica e processual que atua no campo simbólico do indivíduo, como objeto de facilitar o seu processo de individuação e desenvolver o seu potencial humano. Os recursos expressivos possibilitam que o indivíduo reflita e se dê conta da sua existência, favorecendo o desenvolvimento da sua percepção do mundo interno e externo (GUIMARÃES, 2009, p. 97-98).

Segundo Andrade (2000), no Brasil, a arteterapia surge a partir de 1923, cita os autores Osório César e o trabalho de Nise da Silveira, em 1946. O uso de técnicas expressivas iniciou-se no tratamento de pacientes psicóticos internados no Hospital do Engenho de Dentro, no Rio de Janeiro, foi fundado em 1952 o Museu de Imagem do Inconsciente, ao pesquisar sobre as imagens desenvolvidas pelos internos, Nise percebeu que ilustravam a psicologia Analítica de Jung e decidiu manter contato com o autor, a fim de analisar os materiais elaborados. Jung percebeu que as obras retratadas pelos pacientes de Nise da Silveira remetiam a

imagens arquetípicas. Nise utilizava a expressão "Emoção do Lidar". Segundo esta percepção, o fato de se dar forma às emoções por meio de imagens, representações e simbolizações das visões do mundo, objetivam-se e descarregam-se fortes conteúdos emocionais, reestruturando, assim, o caos interno da mente.

Em 1970, no Rio de Janeiro, Luiz Duprat, arteterapeuta formado nos Estados Unidos, abriu três grupos de estudo e prática de arteterapia. Ângela Philippini começa seus estudos com algumas alunas deste grupo em 1979, para, mais tarde, em 1982, abrir o primeiro Centro de Estudos de Arteterapia com orientação junguiana (ANDRADE, 2000).

A Arteterapia integra os conhecimentos advindos da Psicologia às atividades artísticas, trabalhando com o potencial terapêutico, pedagógico e de crescimento pessoal contido em todas as formas de arte, utilizando-se de técnicas expressivas e vivenciais (desenho e pintura, colagem, modelagem e escultura, dramatização, contar histórias, música, dança e expressão corporal, relaxamento e visualização criativa, entre outros) para facilitar o reconhecimento e desenvolvimento de potenciais, o tratamento do sofrimento psíquico, o autoconhecimento, treinamentos, dinâmicas de grupo (ANDRADE, 2000).

A arte relaciona harmoniosamente à realidade e à fantasia, o mundo interno e o externo, dando voz e visibilidade a nossos conteúdos simbólicos, com os quais pode-se, então, dialogar e nos quais pode-se espelhar, propiciando o autoconhecimento e o desenvolvimento da personalidade.

Modalidades da Arteterapia

Através dos recursos expressivos, os participantes de grupos comunitários podem refletir quanto a sua existência beneficiando o crescimento da sua percepção do mundo interno e externo.

De acordo com Guimarães (2009), para que isso ocorra, a arteterapia oferece modalidades expressivas que contribuem no tratamento. O trabalho com bonecos e marionetes, por exemplo, traz a representação teatral.

Qualquer objeto pode se tornar uma marionete [...] As marionetes são objetos que se tornam vivos assim que os animamos. E então eles se tornam seres autônomos capazes de nos surpreender. O jogo de

marionetes permite expressar o que está à sombra, que não consideramos como próprio, mas que, no entanto, vive no interior de si e que precisa ser expresso (DUCHASTEL, 2010, p.154).

Outra modalidade utilizada na arteterapia é a caixa de areia. É um espaço delimitado, onde está contida a matéria, a areia e objetos, favorecendo o nascimento de novas formas de expressão para o que contribui a sua utilização.

Trata-se de uma caixa de areia de uma dimensão determinada a criar um mundo mítico e a animá-lo com a ajuda e figuras em miniaturas [...] os junguianos utilizam o jogo de areia porque ele permite revelar o estado da psique [...] É uma abordagem ideal para as pessoas que não ousam desenhar ou ainda não reconhecem seu poder de criação [...] Um jogo de areia bem equilibrado deve conter figuras em miniaturas de todo o tipo, representando as polaridades da alma humana: monstros pré-históricos, animais domésticos, heróis fantásticos [...] (DUCHASTEL, 2010, p.153).

O trabalho com a arteterapia também pode ter proveito através de materiais reciclados utilizando a técnica de colagem de diferentes papéis, sendo estes rasgados ou cortados, tecidos e materiais orgânicos. A colagem é uma atividade reprodutora e multiplicadora. Colar representa unir uma coisa com a outra, uma forma de estabelecer vínculos (GUIMARÃES, 2009). O autor ainda menciona que a costura com retalhos (Patchwork), é uma técnica que auxilia no planejamento de obter responsabilidade, revelando verdades e trabalhando mudanças que vão sendo costuradas para se obter o que se deseja na vida. Começando pelas partes é que se tece o todo, que representa, por sua vez, as ligações estabelecidas entre estas.

Deixar o imaginário se expressar através do desenho com diferentes tipos de lápis e de canetas é uma alternativa importante na arteterapia. A representação em quadrinhos também é uma modalidade que conduz o sujeito ao domínio dramático das relações têmporo-causais. De um desenho a outro, algo se conserva como também se transforma (GUIMARÃES, 2009).

Outro processo utilizado na arteterapia é a escultura em arame. Guimarães (2009) aponta que esta arte apresenta o reconhecimento dos limites. E para trabalhar aspectos da criatividade, pode ser utilizada ainda a construção de máscaras, desenvolvendo a capacidade de organização perceptivo-motora, a integridade da imagem corporal, compreensão e a representação simbólica.

As práticas corporais, como o teatro permitem expressar desejos, impulsos, sentimentos, a dramatização possibilita a experimentação de novos papéis. Trabalha

na criação de histórias permitindo que o sujeito expresse através do teatro algo que ele não expressaria por si só (DUCHASTEL, 2010).

A dança é mais uma forma de deixar o corpo se expressar, é utilizada em arteterapia como proposta de favorecer experiências diversas que levam à consciência e ao conhecimento corporal, buscando organização e reorganização através do movimento e da criatividade, é uma modalidade aplicada em grupos (BAPTISTA, 2003).

A música, em arteterapia, traz benefícios importantes. De acordo com Guimarães (2009), ela colabora na melhoria da atenção, desenvolvimento motor e cognitivo, estimula a comunicação. No trabalho com música, os sons possuem um caráter lúdico de grande valia, pois, além de proporcionarem prazer, reduzem o nível de ansiedade, trazendo bem estar e relaxamento. Com o uso da música, também permite-se ao indivíduo expressar suas emoções e sentimentos artisticamente, através de desenho, pintura, modelagem, entre outras modalidades.

A argila, outra modalidade utilizada na arteterapia, é indicada para o trabalho com pacientes psiquiátricos por estimular o contato com o corpo e a função sensação através dos órgãos dos sentidos, facilitando o fortalecimento da identidade, a integração de conteúdos inconscientes e a delimitação do mundo interno e externo. Contudo, estas modalidades são favoráveis para todos; o teatro estimula a livre-expressão e a capacidade relacional, a argila é o material mais completo por conter os 4 elementos: terra, água, ar, fogo; ao ser manuseada, esquenta, dando forma às sensações e emoções (DUCHASTEL, 2010).

Outro recurso que também pode ser explorado em arteterapia é a pintura (com guache, aquarela, ecoline, pigmento líquido, cola com pigmento líquido, pigmentos naturais, nanquim). É uma modalidade que está ligada às cores e à produção de desenhos, sendo estes abstratos ou não, a forma da pintura evoca os gestos, e a cor traduz a emoção. A pintura, como técnica utilizada em arteterapia, permite exercitar novas maneiras de olhar a nós mesmos e a tudo o que nos rodeia (PAÏN e JARREAU, 1996).

Arteterapia Junguiana

Em 1920 Jung começava a utilizar as expressões artísticas como coadjuvantes no tratamento psicoterápico favorecendo o contato terapeuta cliente. Jung estimulava seus pacientes a pintarem livremente, a partir de imagens de seus sonhos e de suas fantasias como inspiração. Paulatinamente, seus clientes desenvolviam a leitura de seus próprios trabalhos e os possíveis significados simbólicos de suas obras.

[...] levo os meus pacientes a reproduzi-los (os conteúdos do “íntimo”) da melhor maneira possível, através da forma pictórica. A finalidade deste “método de expressão” é tornar os conteúdos inconscientes acessíveis e, assim aproximá-los da compreensão. Com esta terapêutica consegue-se impedir a perigosa cisão entre a consciência e os processos inconscientes (JUNG, 1985, p. 120).

Jung foi o primeiro a utilizar a expressão artística em consultório. Para ele, a simbolização do inconsciente individual e do coletivo ocorria na arte. Na década de 20, recorreu à linguagem expressiva como forma de tratamento e, para tanto, pedia aos pacientes que fizessem desenhos livres, imagens de sentimentos, de sonhos, de situação conflituosa ou outras. As expressões artísticas e verbais eram priorizadas como componentes de cura (GUIMARÃES, 2009).

Para Silveira (2011), a psicologia analítica não pretende nunca opinar sobre o valor estético das obras de arte nem explicar o fenômeno *arte*. Essas áreas pertencem aos críticos de arte. Neste sentido, o foco limita-se a pesquisas concernentes aos processos da atividade criadora e ao estudo psicológico da estrutura da produção artística. Sua contribuição maior será a decifração das imagens simbólicas que tomam forma na obra de arte, trazendo luz sobre as significações que encerram e que excedem as possibilidades comuns de compreensão da época que adquiriram vida.

No Brasil, em 1946, a psiquiatra junguiana Nise da Silveira iniciava seus trabalhos com a arteterapia. Abriu ateliês para vários tipos de atividades (encadernação, música, pintura, modelagem, teatro, etc). Procurava apontar para a importância do contato afetivo para que, aquelas pessoas que passavam pelo grande sofrimento do rompimento com a realidade, do mergulho, sem proteção, nos abismos do inconsciente, pudessem tentar o caminho de volta para a superfície, para a possibilidade de recuperar a autonomia perdida. Além da dor provocada pela

doença mental, os pacientes sofriam com a discriminação no meio social e no próprio hospital.

Segundo Philippini (2008), a arte é como uma ferramenta terapêutica. No Brasil, é vista por segmentos mais conservadores com reservas. Contudo, dentro do universo junguiano, ela sempre esteve presente entre as estratégias terapêuticas dos que trabalham com esta abordagem. Parte-se da premissa que os indivíduos, em seu processo de autoconhecimento e transformação, são orientados por símbolos³. Estes emanam do *self*, centro de saúde, equilíbrio e harmonia, representando o pleno potencial da psique e a sua essência. Na vida, o *self*, através de seus símbolos, precisa ser reconhecido, compreendido e respeitado.

Jung afirmava que, com a maturidade, o *self* emerge como ponto de equilíbrio entre consciente e inconsciente, possibilitando assim, ao sujeito, a completude ou integração dos opostos – base de sua teoria – e caminho evolutivo para o processo de individuação.

O objetivo da arteterapia, na visão junguiana, é o de apoiar e o de gerar instrumentos apropriados para que a energia psíquica forme símbolos em variadas produções, o que ativa a comunicação entre o inconsciente e o consciente (PHILIPPINI, 2008).

A arteterapia auxilia neste processo, oferecendo inúmeros materiais para que o indivíduo sinta-se livre na escolha daquele que mais lhe for apropriado. Isso atende a sua singularidade, funciona como ferramenta para despertar e ativar a criatividade e, também, para desbloquear e transmitir à consciência instruções e informações oriundas do inconsciente.

Essas informações normalmente são ignoradas, contidas e disfarçadas, encobertas e, principalmente, ocultas. Na psique humana, as informações colaboram para o desenvolvimento de toda a dinâmica intrapsíquica ao serem transportadas à consciência por meio do processo arteterapêutico (VALLADARES e NOVATO, 2001).

Este processo é facilitado pelas modalidades arteterapêuticas que propiciam o surgimento de símbolos indispensáveis para que cada indivíduo entre em contato com aspectos a serem entendidos, assimilados e alterados.

O trabalho com arteterapia possibilita a reconstrução e integração de uma personalidade [...], apoiado num referencial teórico de suporte, que permita

a aquisição da autonomia, como objetivo ou meta para melhora da vida humana [...] (URRUTIGARAY, 2008, p. 18).

As modalidades expressivas devem ser criativas e variadas para o alcance da compreensão simbólica, e também da função organizadora específica de cada símbolo. Por isso, é muito importante que o *setting* terapêutico seja munido de instrumentos indispensáveis à viabilização desse processo, vez que o símbolo contém, por meio da linguagem metafórica, o sentido de todos os enigmas psíquicos (PHILIPPINI, 2008).

Grupos Comunitários

O grupo comunitário promove o desenvolvimento das relações familiares e comunitárias, do sentimento de pertencer e participar, identificar-se e integrar-se, compartilhando objetivos e interesses. O grupo trabalha a importância da comunicação, regras, responsabilidades, capacidade de encontrar soluções comuns e negociar conflitos, entre outros aspectos do vínculo social (CAMPOS, 2007).

Os grupos comunitários, de acordo com Célia (1997), são um bom exemplo de como se pode politicamente ajudar, potencializar a capacidade de resiliência de determinadas comunidades. É na observação, na escuta e no auxílio em forma de apoio, na oferta de espaços físicos e psicológicos que o incremento para a elaboração de novas estratégias podem ser preparadas para potencializar as atividades individuais e coletivas existentes nos grupos humanos, para assim, gradualmente, buscarem seus processos de autorrealização.

A participação da comunidade em grupos envolve uma busca de algo comum, que tem a ver com as suas necessidades e desejos, para o exercício de um melhor estado de cidadania, bem como obter uma melhor condição na qualidade de vida (CELIA, 1997).

Segundo Zimerman e Osório (1997), um grupo comunitário é caracterizado como um grupo que se constitui na dialética do ensinar e aprender, através da interação entre as pessoas do grupo, na qual, ao mesmo tempo em que aprendem, também são sujeitos do saber, ainda que seja apenas pelo fato da sua experiência de vida, ao mesmo tempo em que aprendem, ensinam também. Ainda de acordo

com estes autores, os grupos comunitários são bastante utilizados em programas voltados para a saúde, onde profissionais são treinados para a tarefa de integração e incentivo às capacidades positivas dos integrantes do grupo. Esta tarefa é uma forma de se diminuir o estresse e a violência social, reforçando os indivíduos através do convívio, da ajuda mútua e da participação comunitária.

Deste encontro de ideias, brota uma força resultante da manifestação dos potenciais próprios do grupo. Com este encontro “produz-se uma ‘energia social’ que é o somatório das participações individuais e que quando bem direcionada deixa esses grupos mais ‘ego-resilientes’ [...]” (ZIMERMAN & OSÓRIO, 1997, p.103).

Portanto, o trabalho com os grupos comunitários pode ser inovador, atuando dentro da comunidade para o enfrentamento de problemas cuja solução não dependa diretamente do sistema de saúde ou outro, mas sim, da própria ação comunitária. Sendo assim, o grupo comunitário propicia ao profissional de saúde não lidar somente com a doença, mas também com a própria natureza do que significa bem-estar social, físico e mental de indivíduos em comunidades.

Arteterapia como Recurso Facilitador no Trabalho com Grupos Comunitários

Arteterapia é a arte de curar a si mesmo através de um diálogo de imagens que se estabelece entre inconsciente e consciente. E o arteterapeuta é o mediador dessa conversa, o anfitrião que proporciona ao indivíduo a possibilidade desse encontro, de forma prazerosa, por vezes estimulando o confronto, por outras apaziguando-os, dando o suporte e acolhimento necessários a quem se propõe à jornada da busca interior (GUIMARÃES, 2009).

[...] Arte-terapia surge como uma facilitadora de processos criativos e grupais, constituindo-se numa abordagem processual que se utiliza do recurso expressivo/artístico, da dinâmica de grupo com foco no desenvolvimento humano ou terapêutico e na criatividade entendida como a capacidade do ser humano se experimentar, contatar como o novo, buscar soluções novas para velhos problemas (GUIMARÃES 2009, p.27-28).

O uso da arteterapia em grupos comunitários busca promover o desenvolvimento das relações interpessoais em comunidade, como também o sentimento de pertencer, participar, identificar-se e integrar, compartilhando objetivos e interesses. O grupo beneficia-se com o trabalho da arteterapia e trabalha

a importância das atividades expressivas, no que contribui com a comunicação, regras, responsabilidades, capacidade de encontrar soluções comuns e negociar conflitos, entre outros aspectos do vínculo social.

Na experiência com o desenvolvimento de oficina de pintura em grupos comunitários, o uso desta modalidade possibilita transformações pessoais, permitindo a estes indivíduos descortinarem a si mesmos. Através dos símbolos, os integrantes se permitem trazer à tona alguns enigmas de sua psique a serem decifrados e desvelados por meio de processo de criação.

[...] arteterapia com grupos, compreende-se que o uso da arte pode possibilitar uma maior integração entre os participantes do grupo. Cada pessoa participa em seu próprio nível [...] não faz-se necessário a realização de produções extremamente elaboradas[...] (SEI e GONÇALVES 2010, p. 54).

Neste sentido, aponta Phillipini (2008), o indivíduo, ao criar os símbolos, permite o “*religar*” a conteúdos de sua essência (self). O símbolo se concretiza ao dar a forma ao que até então, encontrava-se desconhecido: de sua energia psíquica. Esta, ao se concretizar por meio de materiais expressivos, permite que o indivíduo estruture suas emoções originais em busca do autoconhecimento.

Contudo, a importância do trabalho arteterapêutico também está no fato de haver uma estreita relação entre a integração do grupo e a criatividade alcançada. Quando cada integrante do grupo consegue expressar-se com maior liberdade e aceitação, construindo e produzindo um trabalho artístico que revela seu potencial criativo, ele adquire maior confiança em si. Pode então, interagir mais facilmente com o outro, favorecendo oportunidades que o ajudam a descobrir-se e revelar-se (CIORNAI, 2007).

À medida que a arteterapia vai se aprofundando através da criação-reflexão-criação, as emoções, sentimentos, imaginações fluem com mais naturalidade. O pensamento torna-se mais claro. As ações de afetividade são mais espontâneas e autênticas. O corpo-criante sabe melhor o que quer e gosta. Encanta-se com sua própria criação; logo consigo mesmo e com o outro. Sua imaginação aparece nos seus trabalhos com muito mais arrojo [...] interage com os amigos dando opiniões e idéias sobre os trabalhos deles e os seus próprios. Ele encontra prazer e alegria em socializar seu mundo de significados através da arte (NOÉ, 2005, p. 54-55).

O emprego da arteterapia em grupos comunitários, de acordo com os autores estudados, busca o reconhecimento da arte na integração do grupo como um todo, e favorece de coesão grupal e o compartilhamento de despertar para a arte possibilita trabalhar as potencialidades e dificuldades apresentadas, pois no momento que criam, expressam suas emoções, sentimentos e angústias, que aparecem carregadas de significados.

Na arteterapia, o criar implica o conhecer humano. Ao conhecer; o ser humano pelo seu próprio fazer e significar a partir das relações que estabelece consigo mesmo, com os outros e com o mundo [...]. A ação criadora do ser humano na arteterapia indica à sua subjetividade, que expressa o conceito que tem de si mesmo [...] (NOÉ, 2005, p. 52).

Guimarães (2009) comenta que, desde as coisas mais banais até as mais complexas do cotidiano, e conforme a maneira de como elas são ensinadas podem gerar transformações nos indivíduos. O trabalho com a arte ainda é parte da cultura visual, atuando como mediador cultural, contribuindo para que o sujeito construa sua relação-representação com os objetos materiais. Assim, a cultura de imersão do grupo também é resignificada, reconstruída, reconstituída no manejo dos materiais repletos de símbolos do cotidiano.

Diante desse contexto, a arteterapia pode ser apontada ainda como uma possibilidade para o desenvolvimento da consciência. Valendo-se de modalidades criativas e terapêuticas, a arteterapia permite o cuidado com o desenvolvimento individual, da personalidade, bem como das relações sociais.

Por meio da arteterapia podemos pensar em cura grupal, que se dá através de um olhar para o outro. Há necessidade também de olhar para o próprio interior a fim de que cada sujeito possa relatar, confrontar, revivenciar e elaborar a peculiaridade de cada história pessoal, em geral desvirtuada pelas vicissitudes da vida. No contexto grupal torna-se possível descortinar os fantasmas mais antigos, visto que o grupo transforma-se em uma maquete da vida cotidiana de cada um, assim como revela o modelo de relação vincular mais arcaico, aprendido e internalizado no grupo primário familiar. A intervenção grupal explícita, portanto, a atitude de cada um na vida, que no grupo é partilhada, reavaliada e, porque não, reelaborada (GALVAN 2002).

Através da dança, outra modalidade, o grupo abre espaço para o lúdico, o balanço com o corpo dá forma aos novos movimentos. A expressão corporal

presentifica nos gestos e movimentos. O grupo dança conforme seus sentimentos, a música entoa o som das emoções inconscientes e conscientes de cada componente, deixando-as extravasarem-se. Assim, fazer o corpo se movimentar é se perceber vivo e atuante, imprimindo movimentos, deslocamentos nas experiências cotidianas, permitindo elaborações e novos significados, buscando a organização e a reorganização do movimento através da criatividade, tanto de forma individual quanto coletiva (GUIMARÃES, 2009).

Encontrar espaço para falar, conhecer e ter contato com o próprio corpo e o corpo do outro não é uma tarefa muito simples. Pode-se dizer que a arteterapia colaborou para que o grupo se permita ir além, no sentido de conhecer seu corpo, seus movimentos, suas emoções. O movimentar-se é fundamental, pois é usado todo o corpo no desempenho das atividades arteterapêuticas. A consciência corporal propicia o relaxamento, a vitalização e o centramento dos participantes.

Através da arteterapia o desenvolvimento saudável do ser humano é facilitado, levando ao reconhecimento das diferenças individuais que diferenciam as pessoas umas das outras, utilizando essas distinções para estabelecer canais de reconhecimento e auto realização [...] onde a transformação do ser humano pela Arte é possível. Não se propõe adaptar as pessoas, mas ajudá-las a perceber a vida, a saber como se sentem frente a ela e a encontrar meios de transformá-la, quando necessário, através de sua criatividade (GUIMARÃES, 2009, p. 170).

Neste sentido a arteterapia em grupos comunitários propicia uma melhora nas relações interpessoais, possibilitando o despertar destes sujeitos, através da criação e do processo de simbolização, permitindo aos atores o autoconhecimento, pintando, modelando, recortando, dançando a vida e os encontros com os outros. O ato de criação assim, não fica restrito às formas / formatos impressos nos materiais, mas se estende às possibilidades de imprimir novos formatos à cotidianidade. O empoderamento grupal envolve a autorização para a criação que redimensiona os sujeitos como autores de seu mundo.

Através da arteterapia a resiliência vai sendo delineada nos grupos comunitários como a capacidade dos integrantes resistirem a situações adversas, sem perderem o equilíbrio inicial, isto é, a capacidade de se acomodar e reequilibrar constantemente.

Ajudar as pessoas a descobrir as suas capacidades, aceitá-las e confirmá-las positiva e incondicionalmente é, em boa medida, a maneira de as tornar mais confiantes e resilientes para enfrentar a vida do dia a dia por mais adversa e difícil que se apresente (TAVARES, 2001, p. 52).

Neste sentido, a resiliência nos sujeitos passa pela mobilização das suas capacidades de autorregulação e autoestima, ou seja, seu potencial de ser, estar, ter, poder e querer. Uma atitude resiliente significa ter uma conduta positiva apesar das adversidades. A resiliência nada mais é que a capacidade de reconstrução positiva, competência para enfrentar as dificuldades, fortalecimento, superação, resignificação dos conflitos. A resiliência busca promover processos que envolvam o indivíduo e seu ambiente social a integrar-se à sociedade e ter melhor qualidade de vida. (TAVARES, 2001).

O trabalho com a arteterapia em grupos comunitários possibilita a integração do sujeito com a comunidade, elaborando individualmente ou em grupo os conflitos apresentados em seu meio interno e externo.

De acordo com Guimarães (2009, p.171)

A Arte oferece ao indivíduo a oportunidade de entrar em contato consigo mesmo para que se conheça e se aceite como sujeito único, assim, também podendo aceitar e acolher o outro, estabelecendo relações de troca, de complementariedade e não de dominação e rivalidade.

As pessoas trabalham juntas, interagindo de formas diversas e é neste interagir que a qualidade das relações entre o grupo torna-se essencial para o desenvolvimento humano.

O reconhecimento pessoal despertado através da arte, proporciona ao indivíduo sentir-se capaz ante suas barreiras, e no momento que este sentimento é despertado, ele consegue descobrir o outro como sujeito e permitir que o outro o descubra. E nessas descobertas o grupo fortalece o vínculo. Através dos recursos da arteterapia o sujeito se permite exercitar a livre expressão dos sentidos, como serenidade, afeto, segurança e encantamento, proporcionando momentos de troca, permitindo a melhor integração e a partilha entre os componentes do grupo, que podem expressar sentimentos e opiniões em trabalhos plásticos.

Considerações Finais

A arte contém uma linguagem universal e propicia um canal singular de expressão dos, afetos, fantasias e sonhos humanos. Dessa forma, ela comunica o potencial de uma subjetividade e expressa a sensação de estar contido num espaço e de ter um outro contido dentro de si. As criações das pessoas revelam suas experiências diante de propostas e valores existentes dentro de sua sociedade. Para que o indivíduo se beneficie terapeuticamente com a arte, não precisa ter “habilidades artísticas”, mas pode ser acolhido numa proposta terapêutica.

Segundo Guimarães (2009), através da arte o ser humano pode-se transformar, sensibilizar e humanizar. É mais uma porta que nos dá esperanças e nos impulsiona para o entendimento de que o processo artístico é terapêutico, porque é no fazer que se descobrem e se entendem as próprias ideias e sentimentos: quem trabalha se torna a própria obra. A Arte ajuda a conhecer o que não podemos articular. O ser humano não só fala pela boca, mas com o restante do corpo, dançando, desenhando, pés e mãos, expressões faciais que falam.

Através da arteterapia o sujeito pode ser lapidado, colorido, esculpido, costurado, pintado, movimentado e remodelado, podendo expressar-se conforme for soltando suas amarras. No momento em que ele consegue simbolizar o que projetou na arte, pode-se pensar na cura de um conflito que muito tempo ficou guardado, sem ter voz para falar, porém, encontra na arte sua porta voz.

Desta forma, retomando o problema, as questões que nortearam e os objetivos desta pesquisa, podemos constatar que os benefícios da utilização da arteterapia em grupos comunitários envolve o desenvolvimento dos sujeitos, a melhora da autoestima, promove o desenvolvimento das relações grupais. Estas transformações ocorrem através das modalidades como pintura, dança, representação teatral, costura, reciclagem, entre outras. Assim os fatores que auxiliam os grupos a se beneficiarem com a técnica, referem-se à própria expressão artística e suas representações, que vão tomando a forma de uma linguagem que se organiza nos contornos de cada modalidade e cujos significados vão emergindo nos contatos com os outros e suas obras.

A simbolização de conflitivas através da arte é um canal de desobstrução de potenciais de resolutividade de situações limitantes impostas e autoimpostas, até porque as diferentes modalidades arteterapêuticas, por sua plasticidade, permitem expandir as configurações de novas formas/formatos no que dizem respeito às atitudes e expectativas em relação à vida. Expandem-se os movimentos do corpo e

da mente na direção de novos possíveis, reconhecendo-se os participantes do grupo como protagonistas em seu processo de criação. Na identificação destes movimentos de transformação, podemos evidenciar processos de cura.

Assim o indivíduo desenvolve, paulatinamente, níveis de reflexão, consciência e percepção mais amplos de seu existir. Equivale a despertar um observador de si próprio. “Ocorre a percepção da essência, a desidentificação das partes, emoções, mente, papéis e corpo. Promove a expansão do campo da consciência” (SALDANHA, 2008, p. 176). Neste sentido o sujeito mantém seus pensamentos direcionados para as motivações despertadas pela arte, possibilitando qualidade de vida.

Para a verdadeira cura é necessário uma visão maior dessa unidade mente-corpo, tanto na esfera individual, como de uma comunidade, de uma sociedade, até a esfera universal, cósmica, consciente e inconsciente, individual e coletiva (ARCURI, 2004, p.60).

Referências

ANDRADE, Liomar Quinto. **Terapias Expressivas Arte Terapia, Arte Educação, Terapia Artística**. Rio de Janeiro. Vetar, 2000.

ARCURI, Irene (org). **Arteterapia de Corpo e Alma**. São Paulo. Casa do Psicólogo Livraria e Editora Ltda, 2004.

BAPTISTA, Ana Luisa. A EXPRESSÃO CORPORAL NA PRÁTICA DA ARTETERAPIA. **Revista Imagens da Transformação**, vol. 10, RJ: Pomar Ed., 2003.

BARRETO, Eliane, CUNHA, Magda Fátima Grisa. Criatividade não tem idade, arteterapia reinventando o envelhecimento no NATIEX. **Revista IGT na Rede**, v.6, nº 10, 2009, ISSN 1807-2526.

CAMPOS, Regina Helena de Freitas. (Org.). **Psicologia Social Comunitária: da solidariedade à autonomia**. 12 ed. Petrópolis. RJ. Vozes, 2007.

CÉLIA Salvador. **Grupos Comunitários**. In: ZIMMERMAN, David Epelbaum, OSÓRIO, Luiz Carlos. et. al. Como Trabalhamos com Grupos. Porto Alegre. Artes Médicas, 1997.

CIORNAI, Selma (org). **Percusos em Arteterapia: Ateliê Terapêutico, Arteterapia no Trabalho Comunitário, Trabalho Plástico e Linguagem Expressiva, Arteterapia e História da Arte**. São Paulo. Summus, 2007.

DUCHASTEL, Alexandra. **O Caminho do Imaginário: o processo de arte-terapia:** São Paulo. Polus, 2010.

FLORES, Helen Rose Flores de, TEOFANO, Romilda Aparecida. **Apresentação de Trabalhos Acadêmicos Conforme As normas da ABNT**, Universidade Federal do Rio Grande do Sul. Porto Alegre, 2007.

GALVAN, Alda Luiza. **Grupoterapia: da Teoria a Realidade.** Manaus. Raspel, 2002.

GIL, Antônio Carlos. **Como Elaborar Projetos de Pesquisa.** 4.ed São Paulo. Atlas, 2007.

GUIMARÃES, Gislene Nunes (org). **Arte-terapia e Educação: a arte de tecer os afetos e cuidados.** Consultoria e revisão Magda Martins Mariante. Porto Alegre. Laçus, 2009.

JUNG, Carl Gustav. **O Espírito na Arte e na Ciência.** Obras completas. Vol. XV. Petrópolis. Vozes, 1985.

MEDEIROS, Adriana; BRANCO, Sônia. **Contos de Fada: Vivências e técnicas em arteterapia.** Rio de Janeiro. Wak, 2008.

NOÉ, Sidnei Vilmar (org). **Espiritualidade e Saúde: da cura d'almas ao cuidado integral.** 2 ed São Leopoldo. Sinodal, 2005.

PAÏN, Sara; JARREAU, Gladys. **Teoria e técnica da arte-terapia: a compreensão do sujeito.** Porto Alegre: Artes Médicas, 1996.

PHILIPPINI, Angela. **Para Entender Arteterapia: cartografias da coragem.** Rio de Janeiro. Wak, 2008.

SALDANHA, Vera. **Psicologia Transpessoal.** Abordagem integrativa um conhecimento emergente em psicologia da consciência. Ijuí. Unijuí, 2008.

SEI, Maria Bonfé, GONÇALVES, Tatiana Fecchio (orgs). **Arteterapia com grupos: aspectos teóricos e práticos.** São Paulo. Casapsi, 2010.

SILVEIRA, Nise da. **Vida e Obra Jung.** Rio de Janeiro. Paz e Terra, 2011.

STRAUSS, Anselm. **Pesquisa Qualitativa.** Porto Alegre: Artmed, 2008.

TAVARES, José. (org). **Resiliência e Educação.** São Paulo: Cortez, 2001.

URRUTIGARAY, Maria Cristina. **Arteterapia: a transformação pessoal pelas imagens.** 4. ed Rio e Janeiro. Wak, 2008.

VALLADARES, Ana Cláudia Afonso, NOVATO, Ana Cristina Ribeiro dos Santos. Aspectos transformadores da construção em arteterapia com adolescentes. **Revista Eletrônica de Enfermagem - Goiânia**, v.3, n.1, jan-jun. 2001 - ISSN 1518-1944

ZIMERMAN David Epelbaum, OSÓRIO, Luis Carlos. **Como Trabalhamos com Grupos**. Porto Alegre. Artes Médicas, 1997.