

VOCÊ SABE O QUE É ARTETERAPIA?

II

Celeste Carneiro*

Diante da divulgação em massa de livros para colorir que trazem no título a expressão “Arteterapia”, sinto-me estimulada a esclarecer o que seja a Arteterapia.

É natural que na época em que vivemos, com tantas aberrações sendo divulgadas por todos os meios de comunicação, que se busque uma *válvula de escape*, um refúgio de paz que nos tranqüilize a alma, asserene o coração, faça-nos esquecer por um pouco as preocupações e as cenas tão tristes do cotidiano.

Fazer arte é sim terapêutico. Assim como fazer crochê, cuidar do jardim, fazer artesanato ou exercícios corporais.

Colorir desenhos, para alguns, pode exercitar a concentração, o foco, proporcionar relaxamento.

Mas, será que tudo isso pode ser considerado Arteterapia?

A Arteterapia é uma modalidade terapêutica pautada nas diversas abordagens psicológicas que visa tratar o sofrimento humano por meio da arte.

Quando as palavras não conseguem expressar o que o cliente sente, a arte, manifestada por meio do desenho ou da pintura; pela expressão corporal (dança, teatro, gestual); pela modelagem e escultura; por poemas e textos; ou ainda pela música, serve de recursos para que o arteterapeuta entenda e facilite o processo de catarse, o reconhecimento do que incomoda nas profundezas do ser, levando-o a reconsiderar e dar outro significado e destino ao problema, trazendo o alívio e a leveza para a vida cotidiana de quem busca por essa forma de terapia.

Isso tem se revelado em situações traumáticas, quando só pela arte a pessoa consegue expressar o que sentiu e narrar simbolicamente o que aconteceu.

Pode ser usada também para quem deseja simplesmente se conhecer mais.

Reconhecida em 2013 pelo Ministério do Trabalho e Emprego e inserida com o número 2263-10 na Classificação Brasileira de Ocupações (CBO) – documento que reconhece, nomeia e codifica os títulos e descreve as características das ocupações do mercado de trabalho brasileiro, obtém destaque cada vez maior, em Hospitais e Clínicas, Escolas e Empresas, Ongs. e Grupos de Apoio às diversas necessidades, visando a saúde, o bem-estar, o equilíbrio, a integração.

De acordo com a definição do Ministério do Trabalho e Emprego, após demorada coleta de informações prestadas por reconhecidos arteterapeutas vinculados à UBAAT – União Brasileira das Associações de Arteterapia, os arteterapeutas “realizam atendimento terapêutico em clientes utilizando programas, métodos e técnicas específicas de arteterapia. Atuam na orientação de pacientes, familiares e cuidadores. Desenvolvem programas de prevenção, promoção de saúde e qualidade de vida. Exercem atividades técnico-científicas através da realização de pesquisas, trabalhos específicos, organização e participação em eventos científicos.”

O acompanhamento arteterapêutico propicia mudanças psíquicas, facilita a expansão da consciência, oferece formas criativas para resolução de conflitos internos e estimula o desenvolvimento do potencial humano. Restaura a criatividade, aumenta a autoestima e a segurança emocional, realizando o tratamento biopsicossocioespiritual.

Nos atendimentos são estimulados os recursos da imaginação, a expressão dos símbolos, dos sonhos e o uso da metáfora para enriquecer o processo terapêutico.

A eficácia do tratamento com arte foi descrita, inicialmente, no século XIX pelo médico alemão Johann Christian Reil, criador de um protocolo (procedimentos a serem seguidos) de seu emprego no tratamento dos pacientes com doenças mentais. Outros psiquiatras deram atenção ao seu efeito, mas, quem mais aplicou e difundiu o uso de expressões artísticas em consultório foi o psiquiatra suíço Carl Gustav Jung.

Quando Carl G. Jung, no início do séc. XX, percebeu a força libertadora da arte, passou a pedir que seus clientes desenhassem ou pintassem livremente seus conflitos, sonhos e sentimentos, **sem nenhuma preocupação estética**. Eles falavam e percebiam com mais clareza seus pontos críticos, revelando de forma inesperada o seu inconsciente e as questões que paralisam o fluir da vida com a vitalidade e a harmonia necessárias para se sentir feliz. Algumas vezes esses desenhos expressavam símbolos que eram comuns a vários povos e civilizações, mitos diversos, levando a Jung a ideia do inconsciente coletivo ou arquetípico, acrescentando uma contribuição valiosa para o estudo do ser e de suas manifestações artísticas.

Mais de dois mil trabalhos científicos já foram publicados nas áreas de literatura médica e psicológica internacional, especialmente nos Estados Unidos e Europa, assim como livros no Brasil e no exterior, relacionados ao efeito da Arteterapia em diversas necessidades: crianças hospitalizadas; pacientes de câncer; pessoas com dificuldade de aprendizagem; distúrbios psiquiátricos tais como esquizofrenia, depressão, estresse pós-traumático, autismo, transtornos alimentares, distúrbios de ansiedade e transtorno obsessivo-compulsivo; recuperação de algumas lesões neurológicas, em especial as sequelas de traumatismo craniano, acidente vascular cerebral e paralisia cerebral; com usuários de drogas. Em idosos, existem relatos de equilíbrio do humor e das funções cognitivas assim como melhora em indivíduos com mal de Alzheimer e outros tipos de processos demenciais.

Para exercer a atividade de Arteterapeuta é necessário ter curso superior e especialização em Arteterapia, que oferece treinamento em arte e em terapia, especialmente com foco nas abordagens psicológicas junguianas, gestalt-terapia e transpessoal. Os cursos de pós-graduação em Arteterapia têm mais de 560 horas, incluindo estágio supervisionado e Trabalho de Conclusão de Curso. Faz parte da área de humanas e da saúde como Psicologia, Medicina, Fisioterapia, Terapia Ocupacional, Fonoaudiologia, Assistência Social, Artes, Educação e Arte-educação. O curso deve ser validado pela União Brasileira de Arteterapia (UBAAT) e, uma vez concluído, o Arteterapeuta se cadastra na Associação de Arteterapia do seu Estado para trabalhar como tal.

Em várias cidades já são usados os Concursos Públicos para contratar arteterapeutas.

A Arteterapia foi sistematizada pela americana Margareth Naumburg em 1941 e em 1969 foi fundada a Associação Americana de Arteterapia (American Association of Art Therapy). Em vários países existem Associações de Arteterapia, e no Brasil são bastante atuantes as Associações nos diversos Estados, promovendo Congressos científicos, Fóruns, Simpósios, onde os profissionais são atualizados e podem apresentar o resultado de suas pesquisas. Aliado às Associações de Arteterapia tivemos os Congressos Brasileiro de Medicina e Arte, enriquecendo a todos nós.

Os cursos são oferecidos em vários estados do Brasil e no exterior. Na Bahia, desde 2002, temos o curso de pós-graduação em Arteterapia promovido pelo Instituto Junguiano da Bahia em parceria com a Escola Bahiana de Medicina e Saúde Pública.

Para conhecer mais sobre o tema, visitem os sites das Associações de Arteterapia e os endereços dos Arteterapeutas credenciados. Na Bahia, a Associação Baiana de Arteterapia (<http://arteterapiadabahia.blogspot.com>), está disponível para esclarecer aos interessados, preparando-se também para o 12º Congresso Brasileiro de Arteterapia que acontecerá em Salvador – BA no período de 14 e 15 de outubro de 2016, quando vários temas ligados à área serão abordados.

O raciocínio lógico leva você de A até B. A imaginação leva você a qualquer lugar que você quiser.

Albert Einstein

Arte é a expressão mais pura que há para a demonstração do inconsciente de cada um. É a liberdade de expressão, é sensibilidade, criatividade, é vida.

Carl Gustav Jung

Assim como o corpo fala, o desenho diz por meio do inconsciente, aquilo que, por cautela ou autocensura, o seu autor não se permite verbalizar.

Valdeci Gonçalves da Silva

Referências:

- Carneiro, Celeste. **Arte, Neurociência e Transcendência**. Rio de Janeiro: WAK Editora, 2010
- Carneiro, Celeste. **Criatividade e Cérebro**. Rio de Janeiro: WAK Editora, 2014.
- Carneiro, Celeste, Maciel, Carla. **Diálogos Criativos entre a Arteterapia e a Psicologia Junguiana**. Rio de Janeiro: WAK Editora, 2012.
- Sei, Maíra Bonafé. **A formação em Arteterapia no Brasil: contextualização e desafios**. Textos do III Fórum Paulista de Arteterapia. - São Paulo: Associação de Arteterapia do Estado de São Paulo, 2010. 163p.
- <http://www.ubaat.org/>
- <http://arteterapiadabahia.blogspot.com>
- http://artepsicoterapia.home.sapo.pt/idx_apres.htm
- <http://www.atelierveratraversa.com.br/arteterapia.htm>
- <http://www.guianaturologia.com.br/terapias-naturais/arte-terapia/64-arte-terapia.html>
- <http://www.arttherapy.org/aboutarttherapy/about.htm>
- <http://www.ijba.com.br>
- <http://www.artezen.org>
- www.revistatransdisciplinar.com.br

* Celeste Carneiro - Arteterapeuta, Terapeuta Junguiana e Transpessoal, Artista Plástica e Educadora. Professora, coordenadora e supervisora em cursos de pós-graduação nas áreas de Arteterapia. Professora em cursos de Psicologia e Gestão de Pessoas. Autora de artigos e livros. Fundadora da Revista Transdisciplinar. Membro da Associação Luso-brasileira de Transpessoal (ALUBRAT); da Associação Baiana de Arteterapia (ASBART) e membro do Conselho de Honra da União Brasileira das Associações de Arteterapia (UBAAT); Membro do Colégio Internacional dos Terapeutas. Participa do Grupo de Pesquisa da Rede Universitária de Pesquisa em Espiritualidade (REUP). www.artezen.org cel5zen@gmail.com