

A potência do símbolo água na arteterapia: reflexão teórica à luz de Jung

The power of the water symbol in art therapy: theoretical reflection in the light of Jung

La potencia del símbolo del agua en la arteterapia: reflexión teórica a la luz de Jung

Elaine Antunes Cortez

Como citar esse artigo. Cortez EA. A potência do símbolo água na arteterapia: reflexão teórica à luz de Jung. Rev Pró-UniverSUS. 2023; 14(2):123-131.

Resumo

Este estudo objetiva refletir, à luz de Jung, a experiência da estagiária em arteterapia sobre a potência do símbolo da água para o desvelar e o fortalecimento da função sentimento para a terapeuta em formação, assim como para o paciente do estágio supervisionado durante o processo terapêutico com 37 sessões semanais de arteterapia. Em seu decorrer, o paciente trouxe em suas imagens a simbologia da água representando o mar, rios, ondas e cachoeiras, bem como elegeu o lápis pastel como material que mais o surpreendeu, sendo este elemento água. Ao final do processo terapêutico, o símbolo da água foi identificado como o mais significativo, potencial e transformador para o paciente. Ao final do curso, a estagiária em sua globalização, trabalho pessoal, também percebeu que o símbolo da água impactou significativamente em seu processo terapêutico pessoal e profissional, ratificando seu caminhar significativo na formação em arteterapia. À luz de Jung, este símbolo é associado com a função sentimento, as emoções e ao feminino. O elemento água permeou todo o processo terapêutico, trazendo mudanças ao papel do feminino e da função sentimento na vida do paciente e da estagiária. Houve a substituição da racionalidade por uma vida com decisões permeadas de sentimento para os dois. Deste modo, conclui-se a potência do símbolo da água, durante a arteterapia no processo terapêutico, não só do paciente, mas da estagiária e da função sentimento, impactando em suas vidas.

Palavras-chave: Arteterapia; Símbolo; Água; Jung.



Abstract

This study aims to reflect, in the light of Jung, the experience of the intern in art therapy on the power of the symbol of water to unveil and strengthen the feeling function for the therapist in training, as well as for the patient in the supervised internship during the therapeutic process with 37 weekly sessions of art therapy. During the course, the patient brought in his images of the symbology of water representing the sea, rivers, waves, and waterfalls, as well as choosing pastel pencil as the material that most surprised him, this element being water. At the end of the therapeutic process, the water symbol was identified as the most significant, potential, and transforming symbol for the patient. At the end of the course, the intern in her globalization, and personal work, also realized that the water symbol had a significant impact on her personal and professional therapeutic process, confirming her significant journey in art therapy training. In Jung's light, this symbol is associated with the feeling function, emotions, and the feminine. The water element permeated the entire therapeutic process, bringing changes to the role of the feminine and the feeling function in the life of the patient and the intern. There was a replacement of rationality for a life with decisions permeated with feelings for both of them. In this way, the power of the water symbol during art therapy in the therapeutic process is concluded, not only for the patient but for the intern and the feeling function, impacting their lives.

Keywords: Art Therapy; Symbol; Water; Jung.

Resumen

Este estudio tiene como objetivo reflexionar, a la luz de Jung, la experiencia del interno en arteterapia sobre el poder del símbolo del agua para develar y fortalecer la función del sentimiento para el terapeuta en formación, así como para el paciente en el supervisado. pasantía durante el proceso terapéutico con 37 sesiones semanales de arteterapia. Durante el curso, el paciente trajo en sus imágenes la simbología del agua representando el mar, los ríos, las olas y las cascadas, además de elegir el lápiz pastel como el material que más le sorprendió, siendo este elemento el agua. Al final del proceso terapéutico, el símbolo del agua fue identificado como el símbolo más significativo, potencial y transformador para el paciente. Al final del curso, la pasante en su trabajo personal de globalización, también se dio cuenta de que el símbolo del agua tuvo un impacto significativo en su proceso terapéutico personal y profesional, lo que confirma su recorrido significativo en la formación de arteterapia. A la luz de Jung, este símbolo está asociado con la función de sentir, las emociones y lo femenino. El elemento agua permeó todo el proceso terapéutico, trayendo cambios en el rol de lo femenino y la función del sentimiento en la vida del paciente y del interno. Hubo un reemplazo de la racionalidad por una vida con decisiones impregnadas de sentimientos para ambos. De esta manera, se concluye el poder del símbolo del agua durante la arteterapia en el proceso terapéutico, no solo para el paciente, sino para el interno y la función de sentir, impactando en sus vidas.

Palabras clave: Arteterapia; Símbolo; Agua; Jung.

Afiliação dos autores:

Docente da Escola de Enfermagem Aurora de Afonso Costa da Universidade Federal Fluminense, Niterói, Rio de Janeiro, Brasil. E-mail: elainecortez@id.uff.br. ORCID: <https://orcid.org/0000-0003-3912-9648>

* Email de correspondencia: elainecortez@id.uff.br

Recebido em: 03/05/23. Aceito em: 15/07/23.

Introdução

A arte é compreendida como uma forma de expressão do ser humano. Ela se apresenta como um meio de comunicação e linguagem simbólica, e é um produto da intuição e da observação, do inconsciente e consciente, da emoção e do conhecimento, do talento, da técnica e da criatividade¹.

Desde a pré-história, o homem ao observar o mundo passa a registrá-lo nas paredes das cavernas de maneira bastante rudimentar, transmitindo sua vivência, criatividade, imaginação, conhecimento, ideias e, combinada a isso, sua percepção de mundo, razão e emoção.

A arte tem uma função social, desde a antiguidade, porém, neste artigo abordamos a arte com fins terapêuticos. Esta reflexão é fruto do impacto da arteterapia durante a formação da aluna e de um paciente atendido no estágio supervisionado no curso de formação em arteterapia – Terapia Expressiva: a arte do cuidado. O curso aconteceu entre o período de maio de 2018 a dezembro de 2020.

Já no teatro grego, observa-se a liberação de sentimentos e emoções de forma catártica. Nas manifestações artísticas, que não apenas o artista estrutura seu mundo interno e o expressa por uma simbolização (obra de arte), mas também como o público tem a possibilidade de dispor da própria emoção. Em qualquer nível de participação, o sujeito pode se beneficiar terapêuticamente do processo artístico². Da mesma maneira, pretende-se aqui mostrar dois níveis de participação e benefício da arteterapia: para o aluno em formação e em reconstrução; e tal como para o paciente alvo terapêutico atendido no estágio supervisionado.

Segundo Philipinni³, existem registros que comprovam que a arte vem sendo usada como um recurso terapêutico para promoção, recuperação e manutenção da saúde desde o século V a.C. Ressalta-se que a arte como expressão de imagens interiores, e manifestação espontânea dos conteúdos inconscientes e da alma do ser humano, é algo explorado pela humanidade por muitos anos.

De acordo com a União Brasileira de Associações de Arteterapeuta⁴, a arteterapia é o uso da arte como base de um processo terapêutico que objetiva estimular o crescimento interior na abertura de novos horizontes e na ampliação da consciência do indivíduo sobre si e sobre sua existência. Esta modalidade terapêutica usa a expressão simbólica, sem preocupação com a estética, utilizando recursos expressivos como a pintura, modelagem, colagem, desenho, tecelagem, etc. A função da arteterapia é propiciar mudanças psíquicas, com a possível expansão da consciência, reconciliando conflitos emocionais e desenvolvendo aspectos pessoais. Deste modo, a arteterapia também

pode facilitar a resolução de conflitos interiores e desenvolver a personalidade.

A arteterapia estabelece a interlocução entre várias áreas do conhecimento: antropologia, arte, psicologia, neurologia, psiquiatria, filosofia, sociologia, etc. Trata-se da utilização de recursos artísticos em contextos terapêuticos⁵⁻⁶.

Apesar do termo “arte” estar relacionado à diversas linguagens artísticas, a “arteterapia” refere-se ao trabalho dos profissionais, arteterapeutas, que utilizam as artes como recurso terapêutico, e “artes em terapia” ou “terapias expressivas” para denominar o uso mais amplificado das diversas linguagens artísticas. Tanto na arte quanto na terapia é expresso a capacidade humana de perceber, figurar e reconfigurar suas relações consigo, com os outros e com o mundo, retirando a experiência humana do cotidiano, estabelecendo-a sob novas luzes e criando novas relações entre seus elementos, misturando o velho com o novo, o conhecido com o sonhado, o temido com o vislumbrado, trazendo assim novas integrações, possibilidades e crescimento⁷.

Ressalta-se que, o processo terapêutico ocorre, assim como nas manifestações artísticas, para todos os envolvidos, paciente e arteterapeuta. Deste modo, este artigo tem como objetivo refletir, à luz de Jung, a experiência da estagiária sobre a potência do símbolo da água para o desvelar e o fortalecimento da função sentimento para a terapeuta em formação, assim como para o paciente do estágio supervisionado durante o processo terapêutico.

Metodologia

Trata-se de um estudo descritivo do tipo reflexão teórica, a partir das vivências da aluna/estagiária durante o curso de formação em arteterapia.

Refletiu-se acerca da potência da arteterapia não só para o paciente no qual foi realizado o estágio supervisionado, mas também para a aluna/estagiária tendo como foco o arquétipo e símbolo da água no qual desvelou e fortaleceu a função sentimento, transformando individualmente os envolvidos.

A etapa reflexiva foi fundamentada na formulação discursiva através das vivências prática da autora durante a sua formação teórica e prática em arteterapia aliadas aos conceitos teóricos de Carl Jung sobre arquétipos e símbolos. Foi escolhida a arteterapia junguiana como referencial teórico, por trabalhar com a expressão do inconsciente, foco da arteterapia. Assim, serão abordados alguns conceitos da teoria analítica e a relação que estes estabelecem com o inconsciente⁸⁻¹⁰.

O curso de formação ocorreu entre os anos de 2018 e 2020, sendo dois anos teórico-práticos e um ano de estágio supervisionado. O curso iniciou de maneira presencial, mas com a pandemia mundial do COVID-

19, o estágio e finalização do mesmo aconteceu de forma virtual, através da Plataforma *Google Meet*, entre os meses de março e dezembro de 2021. A aluna/ estagiária tem 47 anos, enfermeira, professora universitária e moradora de Niterói (RJ), Brasil. O paciente é do sexo masculino, 32 anos, solteiro, autônomo, morador de Niterói (RJ), Brasil. Foram realizadas 37 sessões semanais com o paciente.

A reflexão será apresentada em momentos, a saber: 1) A arteterapia Jungiana e o seu poder de transformação dos indivíduos; 2) O arquétipo e símbolo da água com a função sentimento; 3) As expressões artísticas do paciente com o arquétipo e símbolo da água como potência transformadora; 4) O lidar com o arquétipo e símbolo da água durante a formação em arteterapia e como potência de transformação pessoal e profissional do terapeuta.

O estudo foi realizado de acordo com as recomendações estabelecidas pela Resolução no 510, de 07 de abril de 2016 (Art. 1º), que dispõe sobre as normas aplicáveis a pesquisas em Ciências Humanas e Sociais, e delibera que as pesquisas que objetivam o aprofundamento teórico de situações que emergem espontânea e contingencialmente na prática profissional, desde que não revelem dados que possam identificar o sujeito, não serão registradas nem avaliadas pelo sistema CEP/CONEP¹¹.

Resultados e Discussão

A arteterapia Jungiana o seu poder de transformação dos indivíduos

Carl Gustav Jung, psiquiatra e psicoterapeuta, na década de 1920 começou a usar a arte como parte do processo psicoterápico. Para Silveira¹², Jung considerava a criatividade artística uma função psíquica natural e estruturante, cuja capacidade de cura estava em dar forma, em transformar conteúdos inconscientes em imagens simbólicas.

Em uma breve retrospectiva histórica, em meados de 1925, a arte era prescrita como parte do tratamento médico. Porém, só em 1941 que a prática da Arteterapia, foi sistematizada nos Estados Unidos pelas irmãs Florence Came, arte educadora e Margareth Naumburg, educadora considerada a pioneira da Arteterapia¹³.

A intervenção terapêutica com a arte no Brasil tem sua origem influenciada pela vertente psicanalítica e junguiana, cujos representantes são os psiquiatras Osório Cesar (1895-1979) e Nise da Silveira (1905-1999), psiquiatras pioneiros no trabalho com a arte junto a pacientes em instituições psiquiátricas sendo este tratamento o mais humanizado daquela época².

A função terapêutica da arte é permitir a expressão de vivências não verbalizáveis por aqueles que se encontravam imersos no inconsciente¹⁴. A arte

possibilita a expressão da complexidade humana, com seus conteúdos conscientes e inconscientes. A utilização de técnicas expressivas e a simples imagem elaboram no nível simbólico um conteúdo psíquico pré-existente, pois ao expressar as imagens internas que possuímos, por meio de recursos artísticos, é dada condições ao sujeito para que canalize sua capacidade cognitiva, e com isso há uma transformação.

A função terapêutica da arte, traduzida na Arteterapia, permite a passagem de um conteúdo inconsciente, não assimilado, transmutado ou transformado, vá para o conscientizado através da visualização de conteúdos expressivos, onde a forma converte a expressão subjetiva em comunicação objetivada. Sendo assim, a forma originada traz em si uma realidade empírica, a ilusão, a imaginação ou a idealização. Deste modo, a arteterapia promove o encontro entre pensamento e sentimento, rompendo a dualidade da experiência do mundo interno com o mundo externo, e com isso torna-se uma potencialidade para a transformação do indivíduo que a utiliza. Como Jung⁸⁻¹⁰ apontava a criatividade artística como uma função psíquica natural e estruturante, entende-se que a arteterapia colabora com a capacidade de cura em dar forma, e em transformar conteúdos inconscientes em imagens simbólicas, desvelando o inconsciente e transformando os indivíduos.

O arquétipo e símbolo da água e a função sentimento

A água que circula pelo mundo é fonte de vida e de expressão. Ela tem diversas simbologias dentre elas: origem da vida, sagrado, cura, fecundidade, fertilidade, transformação, forçam purificação e limpeza. Podemos exemplificar com a *lágrima, que protege os olhos, e o líquido amniótico, que protege o feto no útero da mãe*. Ademais, podemos encontrar a água no estado líquido, sólido e gasoso, que representam as diversas situações da vida, já que esta está em constante movimentação.

A água envolve um misticismo que permeia quase todas as crenças. Na sua essência, ela envolve um universo oculto. A água e a vida se confundem como um único ser. Algumas expressões populares utilizam-se do elemento água como forma de expressão das emoções. Temos como exemplo, a “gota d’água”, referindo-se a uma forma de exaustão, de cansaço, de limite, assim como, o “dar água na boca” como uma sensação agradável, um prazer e satisfação. Crescemos ouvindo que “águas passadas não movem moinhos”. Na mesma intensidade, que “água mole em pedra dura tanto bate até que fura.” Realizamos experimentos “de dar água na boca.” Quantas vezes chegamos “na gota d’água” e confirmamos que “desta água não beberei”. E quem nunca se sentiu um “peixe fora d’água?” Desta

forma, ratifica-se o poder e a presença da água no imaginário e expressões vivenciadas pela humanidade desde a nossa infância.

De acordo com estudos científicos, a água é uma substância encontrada no nosso planeta na forma sólida, líquida e gasosa é formada por dois átomos de hidrogênio e um átomo de oxigênio (H₂O). O corpo humano é composto em torno de 70% de água, que é fundamental para a realização de diferentes funções. A proteção é uma delas, na composição da lágrima, que protege os olhos e simbolicamente limpa a visão, permitindo enxergar o que não se via antes; do líquido amniótico, que protege o feto no útero da mãe, ambos gerando luz e vida¹⁵.

Muitos autores enaltecem a água. No *Dicionário dos Símbolos*, a água é descrita como vida e morte: “O ser humano, como as águas do rio, morre a cada instante”¹⁶. São as mortes simbólicas, processo em que deixamos muitas coisas morrerem para o novo entrar.

Mircea Eliade, descreve o mito como um sistema dinâmico de símbolos e arquétipos: “O mito conta uma história sagrada; que relata um acontecimento ocorrido no tempo primordial, o tempo fabuloso do princípio (...) Mito é a palavra, a imagem, o gesto, que circunscreve o acontecimento no coração do homem”¹⁷. Nos mitos dos heróis a água geralmente está associada ao nascimento ou renascimento. Como exemplo, podemos citar Poseidon, considerado o Deus das Águas, para os gregos e conhecido pelos romanos como Netuno. Este era representado como um homem de barba, portando um tridente, o qual era usado para bater o mar e separar pedaços de rocha. Ele usava a água e os terremotos para exercer vingança, mas também podia apresentar um caráter cooperativo¹⁸. Possêidon, era filho do Titã Cronos e Rea (irmãos de Zeus, deus dos deuses e de Hades, deus dos mortos e dos subterrâneos) teve várias amantes e com elas vários filhos como, por exemplo, o gigante Órion e o ciclope Polifemo. Ele aparece em vários mitos da Grécia Antiga, num deles, disputou com a deusa Atena o controle da cidade-estado de Atenas, porém saiu derrotado. Num outro mito ajudou os gregos na Guerra de Tróia, e fez isto para se vingar do rei de Tróia que não havia lhe pago pela construção do muro na cidade¹⁹.

De origem grega, a palavra Mythos, significa palavra, mensagem, linguagem, sendo assim, constituída pelo conjunto de mitos de um povo, a mitologia é utilizada desde tempos imensuráveis, com o objetivo de explicar o mundo e o homem. Para Mircea Eliade, grande historiador de mitos e das religiões, o mito em um sistema dinâmico de símbolos e arquétipos que tende a se compor em relato, “onde o mito conta uma história sagrada; que relata um acontecimento ocorrido no tempo primordial, o tempo fabuloso do princípio (...) Mito é a palavra, a imagem, o gesto, que circunscreve o acontecimento no coração do homem”¹⁷.

Os mitos foram criados pelos gregos como forma de expressarem e explicarem o que não compreendiam, e, como forma de expressar todos os fatos vividos e presenciados por eles.

Na obra *Fundamentos da psicologia analítica*⁸, Carl Jung contribuiu para o aprofundamento da mitologia moderna através da teoria do inconsciente coletivo. Observando as imagens e símbolos de diversas culturas. O autor notou que havia no pensamento humano uma espécie de arquivo da história da humanidade; os chamados arquétipos, “que, em forma de significado, encerra motivos mitológicos, os quais surgem em forma pura nos contos de fadas, nos mitos, nas lendas e no folclore”.

Dessa maneira, o que há de comum tanto nos mitos como nos arquétipos é a expressividade das imagens que se manifestam em ambos.

As divindades relacionadas com a água geralmente apresentam duas características femininas fundamentais: a sensualidade e a maternidade. As rainhas do mar, ao mesmo tempo que são belas, também são ameaçadoras, pois são associadas aos perigos das correntezas dos mares e dos rios¹⁸. Iemanjá, Iara, Afrodite e as Sereias são exemplos típicos. Iemanjá é considerada a divindade das águas doces e salgadas, muito cultuada e respeitada, é mãe de quase todos os Orixás. Na mitologia amazônica, Iara se afogou no encontro entre os rios Negro e Solimões e é considerada a criadora da pororoca, no encontro do rio com o oceano. Afrodite, a deusa do amor e da sexualidade, teve forte relação com o mar, reconhecida por marinheiros que lhe pediam proteção em novas viagens pelas ondas. As sereias lembram Perséfone, pois eram suas companheiras antes dela ter sido levada para o Reino de Hades, o mundo dos mortos, e por isso canto das sereias é considerado como um canto fúnebre, perigoso²⁰.

Muitos rituais religiosos são realizados na presença da água, representados por um rio, mar ou lago. Eles têm seu valor associado ao poder sagrado, simbolizando a purificação e a cura, como no cristianismo, por ocasião do batismo. Segundo a Bíblia, toda a criação do mundo começou com as águas: “A terra estava sem forma e vazia; as trevas cobriam o abismo e o Espírito de Deus se movia sobre a superfície das águas” (GÊNESIS 1, 2). Por outro lado, as águas expressam o castigo de Deus, em forma de dilúvio, por causa do pecado dos homens. Nesse sentido, vale ressaltar que a água simboliza também a morte e as destruições¹⁵.

No que tange à expressão artística musical, a água pode ser encontrada em músicas brasileiras. Iniciando com “*águas de março fechando o verão*”. Tom Jobim, em 1972, cantou e encantou com *Águas de Março*, trazendo metaforicamente o triunfo da vida sobre a morte: “*promessa de vida no teu coração... São as águas de março fechando o verão...*”. O dilúvio do nosso interior transbordando, porém se abrindo

para uma nova estação; depois com “*Água pra vazar a vida*” (Djavan); e também com Patrícia Marx e Seu Jorge na música “Espelhos D’Água” onde ressalta-se a importância do olhar, comparando os olhos como refletores de alma em “*Os seus olhos são espelhos d’água, brilhando você...*”.

Vale lembrar, que o olhar muitas vezes expressa o que a boca não consegue dizer. Neste sentido, Raul Seixas, que cantou “*Medo da Chuva*”, identificou a chuva como poderosa e temida, e ao mesmo tempo a viu como possibilidade de mudança e renovação da vida em contínuo movimento, “*Pois a chuva voltando pra terra, traz coisas do ar...*”. Processo de dissolver e coagular, algo tão real quanto místico.

Por fim, trago Guilherme Arantes com a música *Planeta Terra* (1981), no qual estabeleceu uma conexão interior e exaltou o poder da água com “*Águas que caem das pedras, no véu das cascatas, ronco de trovão, e depois dormem tranquilas, no leito dos lagos... Águas que movem moinhos, são as mesmas águas, que encharcam o chão, e sempre voltam humildes, pro fundo da terra...*”¹⁵.

A água também tem presença forte na expressão poética. Para Fernando Pessoa “a poesia do mar é maternal, a imagem da água refletindo o corpo e a alma oferece ao homem o mais profundo sentimento de plenitude. No livro *Em Quadras ao Gosto Popular* destaca-se a “Água que passa e canta, é água que faz dormir... Sonhar é coisa que encanta, pensar é já não sentir...”. Deve-se destacar ainda que os rios, as geleiras, os lagos e as águas subterrâneas são importantes para os seres vivos, principalmente por fornecerem água doce, porém a maior parte da água do nosso planeta é salgada, tema de debate da sociedade que já sente os efeitos causados pela sua escassez, pelas enchentes que provocam inúmeras tragédias, pelo desperdício e pela contaminação. Mas, como já dizia o poeta Manoel de Barros: “Vi que as águas têm mais qualidade para a paz do que os homens... Vi que as andorinhas sabem mais das chuvas do que os cientistas”¹⁵.

Nas diversas expressões de arte destacadas anteriormente, encontramos o símbolo água como morte/vida. Enquanto na arteterapia o símbolo representa o processo terapêutico do desconstruir/reconstruir psíquico através do mergulho no arquétipo água (inconsciente) para transformar o cotidiano (consciente). Desta forma, conteúdos antes obscuros, indesejados ou adoçados têm a possibilidade de serem vistos, analisados e curados.

As expressões do paciente com o arquétipo e símbolo da água como potência transformadora

Fazer o estágio em arteterapia foi fundamental

para a consolidação dos conhecimentos teóricos e dar segurança a aluna para iniciar sua vida como arteterapeuta, pois possibilitou a vivência na prática dos conceitos aprendidos no curso e discutidos anteriormente. Durante e após as 37 sessões terapêuticas com o paciente, a transformação do paciente foi notável, tais como mudança de emprego, mudança física e mudança na maneira de se vestir e se portar em seu relacionamento amoroso e com a família. Assim, as mudanças na vida do mesmo e a verbalização de sentimentos de bem-estar ficou evidente. Ao final do estágio ficou visível a predominância do símbolo da água e da função sentimento nas expressões artísticas do paciente, assim como o impacto em sua vida.

O paciente trouxe em suas imagens a simbologia da água representando o mar, rios, ondas e cachoeiras, e ficou evidenciado em sua globalização ao final da terapia como o elemento mais prevalente, a água. O paciente desenvolveu a função sentimento de uma forma transformadora e impactante na sua vida. Ressalta-se que, “por meio do criar em arte e do refletir sobre os processos e os trabalhos artísticos resultantes, o indivíduo pode ampliar o conhecimento de si e dos outros, aumentar a autoestima, lidar melhor com sintomas, estresse e experiências traumáticas, desenvolver recursos físicos, cognitivos e emocionais”²¹.

Na arteterapia podemos utilizar com os pacientes diversos tipos de materiais e elementos e cada um deles contribui para trabalhar as funções. Foi utilizado todos tipos de materiais disponíveis para trabalhar todas as funções. Porém, ao final da terapia o paciente elegeu o lápis pastel como material que mais o surpreendeu e gostou de trabalhar, sendo este elemento água.

Os tipos de tintas que possuem água, consequentemente, fluidez, movimento, que são, por exemplo, tinta guache, nanquim, lápis de cor aquerelável, pastel, aquarela, tinta para pintura a dedo e anilina líquida. Em Arteterapia, o elemento que representa as emoções é a água. Sendo assim, manusear materiais que contenha esse elemento, ou trazer à tona símbolos relacionados à água, pode auxiliar na expressão das emoções, e consequentemente, na regulação emocional.

Ratifica-se que “na pintura, enquanto ela flui, fluem também emoções e sentimentos mais abrangentes. A fluidez da tinta com a sua função libertadora induz o movimento de soltura, de expansão, trabalhando o relaxamento dos mecanismos de defesa de controle”²¹. Ademais, “a tinta costuma ser um material que provoca a liberação de afeto, por sua fluidez. De modo diverso dos materiais mais secos, não permite tanto controle, fazendo emergirem emoções diversas com seu uso”²².

As emoções são abstratas e em alguns momentos somente as palavras não conseguem expressá-las, sempre deixando a sensação de que “existe algo mais profundo que não sei dizer o que é”. Além de, através da criação, experimentarmos “ao vivo” o nosso dia a dia, nos

auxiliando a identificar pensamentos e comportamentos disfuncionais, além de perceber nossas habilidades em sentir as emoções. Quando identificamos as nossas emoções, nosso funcionamento, no momento da criação, é possível sair do automático, e o desconforto da emoção pode ser melhor trabalhado e elaborado, com o auxílio do arteterapeuta.

Na arteterapia, além da fluidez e do relaxamento, trabalhamos com materiais que liberam emoções, imaginação, superação de limites, paciência, sensibilidade, atenção, concentração, e a ampliação da visão (das possibilidades) para uma determinada situação, no qual ficou explícito no processo terapêutico do paciente com a potência do símbolo da água e da função sentimento ao finalizar as sessões.

As representações e imagens que o homem tem do mar e das ilhas, parecem remontar ao inconsciente coletivo da humanidade, sob a forma de imagens primordiais ou arquetípicas, complexos referentes à relação filho/mãe, ao mito do paraíso perdido e constantemente procurado pelo ser humano. O mar é então relacionado com a figura materna, o líquido amniótico protetor que envolve o feto e a ilha é o símbolo da própria figura materna, o útero protetor. Inúmeros mitos e lendas atestam a presença do mar e da ilha na constituição do mundo e na criação da cultura. Essas imagens e representações estão muito presentes na literatura e na arte ainda hoje²³.

Para Jung, o mar é o símbolo das águas maternas, fecundas e criadoras, símbolo do inconsciente. Nos sonhos ou nas fantasias, o mar ou toda extensão vasta de água designa o inconsciente. O aspecto maternal da água coincide com a natureza do inconsciente no sentido em que este último (sobretudo no homem) pode ser visto como a mãe, a matriz do inconsciente.

Assim, quando se interpreta no plano do sujeito, o inconsciente tem, como a água, um significado maternal^{8-10,24}.

Destaca-se que o paciente tem presenças femininas importantes na sua vida, onde considera sua avó a mulher mais positiva que ele conhece no mundo, a sua mãe a mulher mais incrível e admirável, suas tias as mais divertidas e parceiras e a sua irmã sua melhor amiga. Ademais, sua companheira é uma mulher com mais idade que ele, e ele tem uma super admiração e respeito por ela.

Dos símbolos antigos da água, como fonte de fecundação da terra e de seus habitantes, ainda segundo Chevalier e Gheerbrant¹⁶ pode-se passar aos símbolos analíticos da água como fonte de fecundação da alma: a ribeira, o rio, o mar representam o curso da existência humana e as flutuações dos desejos e dos sentimentos.

Dentre todas as expressões artísticas do paciente o mar foi o mais prevalente. Ressalta-se que, o mar, água em movimento é o lugar das transformações e do renascimento, simbolizando, também, um estado

transitório, ambivalente, de onde surgem os monstros, e nesse sentido é a imagem do subconsciente, fonte de correntes que podem ser mortais ou vivificadoras²³.

Ao finalizar a terapia outro ponto a destacar foi a mudança estética, visual e atitude do paciente, onde o mesmo conseguiu perceber que sempre gostou da cor lilás, sempre foi vaidoso, mas compartilhou que os poucos homens presentes em sua vida o tolham. Na semana final da terapia, ele resolveu se depilar, ficando sem barba, fez tranças afro no cabelo e voltou a vestir roupas com a sua cor predileta. No meio da terapia ele rompeu o relacionamento amoroso, mas retornou ao final com outra posição e atitudes. Ademais, ele mudou de trabalho onde deixou de atuar no mercado financeiro e passou a trabalhar como instrutor de cerâmica. O relato feito foi que a terapia o fez o encontrar consigo mesmo.

O lidar com o arquétipo e símbolo da água durante o estágio e a potência de transformação pessoal do terapeuta

A formação em arteterapeuta aconteceu durante três anos. Nos dois primeiros anos o curso oferece aulas teórico-práticas onde o aluno em formação aprende a teoria e aplica os conhecimentos aprendidos fazendo as suas expressões artísticas. Ao finalizar esta fase o aluno faz uma apresentação sintetizando todos os seus trabalhos em grupos, com uma globalização de todo o seu processo.

A aluna identificou cinco grupos nomeando-os e relacionando com um arquétipo e uma deusa do oráculo da deusa²⁵. Eles são: 1) infância/ o herói (Hator/ deusa do prazer); 2) mãos do cuidado / o cuidador (Kuan Yan/deusa da compaixão); 3) segredos/ a sombra (Inanna/ deusa do abraçando as sombras); 4) Caminhos/ o explorador (Tara/ deusa da centralização); 5) Renascimento/ o sábio (Sofia/ deusa da sabedoria). Por fim, para sua globalização identificou a deusa e Gidéptis/ deusa da síntese.

De forma a representar seu processo terapêutico a aluna fez uma expressão artística utilizando um tapete de yoga com a simbolização do chakras, visto que a mesma é instrutora de yoga, e este processo terapêutico a fez pensar na integração dos chakras, como base para este processo. O caminho foi representado com variados tipos e cores de fitas para demonstrar a transformação pessoal e gradual. Para materializar cada grupo foi realizado uma amplificação tridimensional para simbolizar.

Para simbolizar o grupo a “Infância/ o herói foi confeccionado uma boneca de pano feliz com todos os chakras integrados. O grupo “As mãos do cuidado /o cuidador” foi simbolizada com o carimbo de enfermeira, não mais utilizado pela aluna, mas guardado com muito carinho, envolto em um laço vermelha. O grupo

“Segredos/ a sombra” foi simbolizado por uma pedra envolta por um elástico preto grosso e por um abebé produzido durante o curso na aula de mitologia africana reproduzindo a imagem de uma lata coo o nome da aluna. Para o grupo do “Caminhos/ o explorador” foi simbolizado por um chaveiro da Frida Khalo como representação de resiliência e feito um amuleto de proteção com contas coloridas e finalizado com uma estrela. Para simbolizar o grupo do “Renascimento/ o sábio” foi escolhido um buda roxo trazido da Índia, local onde a aluna finalizou sua formação em instrutora de Yoga, e considerado por ela o seu renascimento, e também duas expressões produzidas por ela durante a formação, uma caixinha transparente com a reciprocidade inserida e protegida, além de uma caixinha de madeira elaborada e representada a essência da mesma. Por fim, a sua globalização, foi simbolizada com uma maletinha intitulada “20 coisas que a saúde mental ensina...”.

Ressalta-se que, a realização da globalização foi essencial para a aluna e ela pode perceber a figura masculina, o racional, o elemento terra tão presente em sua vida e a dificuldade do elemento água e função sentimento serem acessadas.

Destaca-se que durante o curso muitas vezes eram discutidos os sonhos dos alunos e a aluna nunca se

lembrava de seu sonho. Vale salientar que para Jung²⁴, apesar dos sonhos atuarem de forma a compensar as nossas atitudes, ainda sim é preciso ter o máximo de atenção a tais mensagens que podem ter a tendência a atitudes e comportamentos anormais ou neuroses, e nossa tarefa é estabelecer a harmonia entre o consciente e o inconsciente. Os sonhos nos trazem recordações, reflexões; relembram acontecimentos vividos; despertam coisas que dormiam no seio da nossa personalidade, e revelam traços inconscientes nas suas relações com o meio ambiente. Sendo assim, destaca-se mais uma vez a potência da arteterapia em acessar tais conteúdos.

Finalizando a parte teórico-prática do curso, a aluna passou a sonhar com muita água, mar, rios, praias, piscinas e até mesmo enchentes. A aluna estudando sobre o símbolo da água se viu atravessada e inquieta com a água. A aluna passou a ter como hobby remar em cano havaiana, e começou a redescobrir o seu feminino. Passou a valorizar a dimensão feminina, perdendo o medo da fragilidade/fraqueza feminina que sentia, e se permitiu se casar priorizando seu lado emocional ao invés do profissional, o que fez durante toda a sua vida. Segue as imagens de toda descrição da globalização supracitada da aluna (Figura 1).

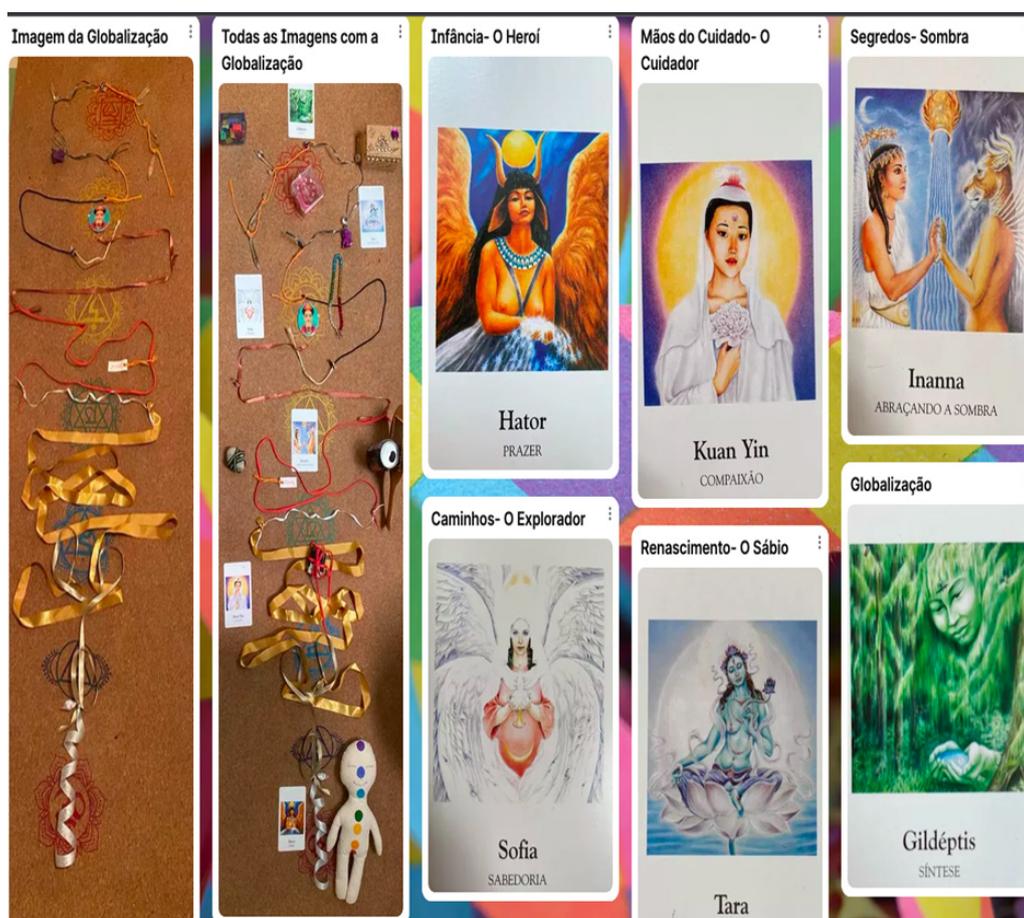


Figura 1. Imagens da Globalização da aluna em formação.

Fonte. Elaborada pela autora (2021).

Vale ressaltar que o trabalho terapêutico com arte oportuniza uma amplitude de linguagem que permite e facilita ao paciente (e acrescento ao terapeuta) encontrar caminhos menos dolorosos para expressar seu universo interior, reduzindo as defesas verbais e abrindo as portas para um mergulho mais confiante e seguro na alma humana²⁶.

Durante a formação em arteterapia a aluna acessou seu universo feminino interior e literalmente mergulhou nas águas do sentimento e transformou o seu ser. Assim, evidencia-se a potência da arteterapia e acessar de forma leve, criativa e sensível, através de expressões artísticas símbolos e funções trancados em nosso inconsciente e que nos impedem de viver com mais plenitude.

Conclusão

Pode-se evidenciar que a arteterapia colabora com a transformação do indivíduo por meio da movimentação da sua psique, tornando conscientes seus conteúdos inconscientes, objetivando em um ser menos fragmentado, que resulta em mudança de padrão e integração de corpo, alma, mente e espírito. Desta forma, poderemos preencher nossa consciência com escolhas, separações e destilações das emoções, para ficarmos mais leves e tomarmos atitudes concretas, coagulando, curando, dando consistência e colorido à tintura da vida, que é a nossa verdadeira essência.

A arteterapia favorece o processo de individuação com saídas criativas para o encontro do ego com o Self, num constante processo de dissolve e coagula, principalmente com o auxílio do elemento água. As dores da alma vão se transformando e se tornando mais claras, para finalmente serem ressignificadas, com novo sentido e significado.

A formação em arteterapia é potente terapêuticamente para o aluno, pois ele vivencia todo o processo de aprendizado consigo mesmo. Ademais, o estágio supervisionado é potente para o paciente, no sentido de ser um aluno aprendiz em início de carreira, buscando o seu melhor e tendo apoio da professora durante a supervisão, a qual ratifica, retifica e faz conexões muitas vezes não vistas pelo aluno em formação.

Inconscientemente a estagiária e o paciente “mergulharam” no símbolo água em prol de uma flexibilidade e reestruturação da vida. As vivências de expressões artísticas com o símbolo da água possibilitaram aos dois, estagiária e paciente, o mergulho no desconhecido e fez emergir diversos processos de cura e reconstrução para ambos.

Nesta reflexão foi destacado o acesso ao elemento água e a sua função sentimento através da arteterapia, em especial, durante a formação do arteterapeuta, como um

recurso terapêutico potente para o encontro não só do terapeuta, mas do paciente. Porém, vale frisar que todos os elementos foram trabalhados e são tão importantes quanto para o processo de individuação do ser humano.

Referências

1. Martins DCS. Arte-Terapia e as Potencialidades Simbólicas e Criativas dos Mediadores Artísticos [dissertação]. Portugal: Universidade de Lisboa Faculdade de Belas Artes; 2012.
2. Andrade LQ. Terapias Expressivas. São Paulo: Vetor; 2000.
3. Philippini A. Universo Junguiano e Arteterapia. Coleção de revistas de arteterapia “Imagens da Transformação”. 2. vol. Rio de Janeiro: Pomar; 1995 [citado 08 dez 2022]. Disponível em: <https://www.arteterapia.org.br/pdfs/univers.pdf>
4. União Brasileira de Associações de Arteterapia. Contribuição de Arteterapia para a atenção integral do SUS. [S.l.]: UBAAT; 2017 [citado 08 dez 2022]. Disponível em: <http://aatergs.com.br/wp-content/uploads/2019/07/Cartilha-de-orienta%C3%A7%C3%A3o-para-inser%C3%A7%C3%A3o-da-arteterapia-nas-praticas-complementares-do-SUS.pdf>
5. Gaeta I. Arteterapia: um novo campo do conhecimento. São Paulo: Vetor; 2006.
6. Gaeta I. Memória corporal: o simbolismo do corpo na trajetória da vida. São Paulo: Vetor; 2016.
7. Ciornai S. Percursos em Arteterapia. São Paulo: Summus Editorial; 2004.
8. Jung CG. Fundamentos de Psicologia Analítica. 10. ed. Petrópolis (RJ): Vozes; 1998.
9. Jung CG. Psicologia e Alquimia. 6. ed. Petrópolis (RJ): Vozes; 2012.
10. Jung CG. Psicologia do Inconsciente. 24. ed. Petrópolis (RJ): Vozes; 2014.
11. Brasil. Resolução nº 510, de 07 de abril de 2016. Dispõe sobre as normas aplicáveis a pesquisas em Ciências Humanas e Sociais. Diário Oficial da União. 2016 maio 24;Seção 1:44-46.
12. Silveira N. O mundo das imagens. São Paulo: Ática; 2001.
13. Carvalho MMMJ. O que é arte-terapia. In: Carvalho MMMJ, organizadora. A arte cura?: recursos artísticos em psicoterapia. São Paulo: Editorial Psy II; 1995. p. 23-26.
14. Reis AC. Arteterapia: a arte como instrumento no trabalho do Psicólogo. Psicologia: Ciência e Profissão. 2014;34(1):142-157.
15. Strieder CM. A Arquétipo Água: fonte de vida e de expressão. Instituto Junguiano de Ensino e Pesquisa. 2019 nov 07 [citado 08 dez 2022]. Disponível em: <https://blog.ijep.com.br/o-arquetipo-agua-fonte-de-vida-e-de-expressao/>
16. Chevalier J, Gheerbrant A. Dicionário de símbolos: mitos, sonhos, costumes, gestos, formas, figuras, cores, números. 37. ed. Rio de Janeiro: José Olympio; 2020.
17. Eliade M. Imagens e Símbolos. Lisboa: Editora Arcádia; 1972.
18. Cavalcanti R. Mitos da água: as imagens da alma no seu caminho evolutivo. São Paulo: Cultrix; 1997.
19. Pouzadoux C. Contos e lendas da mitologia grega. São Paulo: Companhia das Letras; 2001.
20. Vieira H, Cavalcanti MAP, Cavalcanti ECT. Imagens do inconsciente: alianças entre arte e terapia. Revista Valore. 2017;2(2):259-271.
21. Bittencourt D. Diagnóstico intervencionista em arteterapia: dinâmicas psicoartísticas e criatividade expressiva. Rio de Janeiro: Wak Editora; 2014.
22. Coutinho V. Arteterapia com crianças. 4. ed. Rio de Janeiro: Wak

editora; 2013.

23. Almeida MSR. Os símbolos do inconsciente e a imagem marítima. Instituto Inclusão Brasil. 2021 abr 05 [citado 08 dez 2022]. Disponível em: <https://institutoinclusaobrasil.com.br/os-simbolos-do-inconsciente-e-a-imagem-maritima/>
24. Jung CG. Memórias, Sonhos, Reflexões. 21. ed. Rio de Janeiro: Nova Fronteira; 2001.
25. Marashinsky AS. O oráculo da deusa: um novo método de adivinhação. 2. ed. São Paulo: Pensamento; 2021.
26. Maciel C, Carneiro C. Diálogos criativos entre a Arteterapia e a Psicologia Junguiana. Rio de Janeiro: Wak editora; 2012.