

A Psicoterapia E A Arte

<https://doi.org/10.5281/zenodo.4670725>



*“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”.*
(Jung, 1920).

Desde os primórdios da civilização humana o conceito de nos expressarmos através da pintura, esculturas, existe.

Sendo assim, fica bem claro e evidente que, trazendo esses elementos lúdicos e ao mesmo tempo tão pessoais à Psicoterapia, teremos um complemento ao entendimento de nossos Clientes.

Estes, por sua vez, também passam a conseguir participar do atendimento de uma forma mais palpável.

Principalmente nas primeiras consultas, muitas pessoas não conseguem conversar sobre seus conflitos pessoais.

A Arteterapia agrega uma ferramenta, para projeção e análise, com a qual teremos uma oportunidade de experimentar novas possibilidades de integração, expressão e transformação em ambiente de consultório.

Margaret Naumburg, foi uma das pioneiras em Arteterapia , utilizando todos os estudos de Psicoterapia.

Trabalhou com seus Clientes uma forma bem simples e tão profunda de entendimento.

Um das suas técnicas mais famosas consistia em usar grandes folhas de papel, solicitando que o Cliente escolhesse o material a ser usado, tintas, giz, lápis e desenhar ao redor da página, até ficar satisfeito.

Depois que o desenho é criado, o Cliente é então convidado a observar a obra de arte e tentar criar uma outra forma de rabisco.

O Cliente é incentivado a mover a página até que uma imagem seja encontrada, uma vez que uma imagem é vista no desenho rabisco, ou pintura, ele ou ela é convidado a colorir dentro.

Neste ponto, se o Cliente quer falar sobre a obra de arte enquanto criação, ele é encorajado a fazê-lo.

Com base nos estudos de Margaret, no processo de criação, podemos guiar nosso Cliente conforme ele desenvolve a obra de arte, seja ela uma pintura sobre o trauma específico ou até mesmo sobre uma situação cotidiana.

Fazendo a projeção de seus conflitos internos, materializando esses sentimentos, podemos, em muitos casos, ter mais eficácia no tratamento.

Afinal, se a pessoa pode desenhar:sonhos, medos, conflitos, memórias; ela também pode encontrar uma forma de expressão que não seja verbal.

Como Terapeutas, temos o compromisso com o nosso Cliente, razão pela qual devemos sempre ter em mente que os mesmo, são indivíduos únicos.

Que temos conhecimentos, estudos para melhor observá-los e analisá-los, porém nenhum conhecimento em matéria, será efetivo, se não observar e analisar individualmente.

Levando em consideração, que o Cliente é o centro de estudos/atendimento, um dos maiores instrumentos de trabalho, seria o próprio Terapeuta, que no processo de criação e encontro do Cliente, estaria em total transformação e aceitação do mesmo.

Tendo a ponderação de não só ouvir o Cliente, mas também, durante a conversa e criação do desenho, observar se a história falada é a mesma história desenhada.

Verificar a relação e seu significado, de quem criou o desenho, e depois dessa mesma pessoa quando o observou concluído.

O maior debate sobre Arteterapia está nas separações bem distintas: **Arte em Terapia ou Arte como Terapia?**

Janie Rhyne, notória Arteterapeuta, defendia que o valor terapêutico está tanto no processo de criação, quanto nas possíveis reflexões e elaborações sobre os trabalhos realizados.

Seja na abordagem da Arte como Terapia ou em Terapia, não podemos negar que se tornou uma grande ferramenta para a Psicoterapia, graças à importância de observação da singularidade de cada um, pela linguagem simbólica e análise da mesma.

Podemos verificar, que o ser humano é capaz de perceber, figurar, reconfigurar suas relações consigo e com os outros.

A Sinergia da Arte com a Psicoterapia, no processo analítico da pessoa como a sua forma de se expressar, integra o estudo ao lúdico.

E o mais importante: é uma fonte de aprendizado sobre si mesmo.

Faço o convite, para vocês tornarem-se os artistas de suas próprias existências.

Referência:

HENRIQUE VIEIRA FILHO. (2021). FOTOPSIKOTERAPIA A Fotografia Como Instrumento Terapêutico (Version 1). FOTOPSIKOTERAPIA A Fotografia Como Instrumento Terapêutico. São Paulo: Sociedade Das Artes. <http://doi.org/10.5281/zenodo.4663395>

VIEIRA FILHO, HENRIQUE (2021): FOTOPSIKOTERAPIA - A Fotografia Como Instrumento Terapêutico. figshare. Book. <https://doi.org/10.6084/m9.figshare.14374376.v1>



Fabiana Vieira - <https://orcid.org/0000-0002-3568-8664>

Formada em Secretariado, chegando aos 20 anos de uma sólida carreira no mundo corporativo.

Tendo coordenado mais de vinte eventos artísticos, entre exposições e vernissages para a **Galeria HVF Artes**, em diversos países, Fabiana Vieira soma uma sólida experiência a qual coloca à disposição dos demais artistas via **Sociedade Das Artes**, organização da qual é sócia.

Na **Terapia Holística**, atua com Reiki, Fitoterapia, Psicoterapia, Aromaterapia e Sagrado Feminino, temas sobre os quais é articulista convidada da Revista da Terapia Holística, além de organizar congressos, palestras, cursos e workshops, inclusive o consagrado Holística, que é o congresso anual do CRT.

contato@fabianamvieira.com.br

Whatsapp: [+55 11982946468](https://wa.me/5511982946468)