

PONTÍFICE UNIVERSIDADE CATÓLICA DE SÃO PAULO
PUC-SP

Rosangela Rahal Polati

O Cuidado Criativo

Sistematização do processo Arteterapêutico em Associações de Serviços
Comunitários para Idosos

MESTRADO EM GERONTOLOGIA

SÃO PAULO - 2012

Rosangela Rahal Polati

O Cuidado Criativo

Sistematização do processo Arteterapêutico em Associações de Serviços
Comunitários para Idosos

Dissertação apresentada à Banca Examinadora da Pontifícia Universidade Católica de São Paulo, como exigência parcial para a obtenção do título de MESTRE em Gerontologia, sob a orientação da **Profa. Dra Beltrina Côrte.**

SÃO PAULO - 2012

BANCA EXAMINADORA

Autorizo, exclusivamente para fins acadêmicos e científicos, a reprodução total ou parcial desta dissertação por processos fotocopiadores ou eletrônicos.

Assinatura: _____ **Local e Data:** _____

Ser jovem enquanto velha,
velha enquanto jovem

Quando uma pessoa vive de verdade,
todos os outros também vivem.

Clarissa Pinkola Estes

Agradecimentos

À memória de meus avós e tias-avós cada um no seu tipo me ensinou a entender as diversidades e os talentos do envelhecer.

À minha mãe que me ensinou a amar as coisas que mais importam para a alma.

Ao meu marido Eduardo que soube compreender os momentos de tensão e me acolheu
Por ter me fortalecido, confiado e me protegido.

Aos meus filhos Mateus, Mariah e João Paulo que souberam apresentar os espaços de paz e de amor.

À minha irmã Mônica pelo pilar seguro de todas as ocasiões
Por ter me ensinado
Por ter acreditado em mim.

- À Profa. Dra. Beltrina Côrte pelo carinho, dedicação e imensa amabilidade na condução deste estudo. Agradeço pela aceitação e pela promoção deste trabalho.
- À Profa. Dra. Selma Ciornai pelo ensino da Arteterapia que me trouxe até aqui.
- À Profa. Dra. Irene Pereira Gaeta Arcuri pelos novos formatos de conhecimentos que tanto colaboraram com este estudo.
- À ASCI por abrirem seus espaços permitindo meu caminhar.
- À todas as mulheres do grupo que sabiamente me ensinaram a enxergar as diversas dimensões do humano.
- À sra.D e a sra.B que já se foram deste mundo, mas confiaram em deixar suas histórias neste estudo.
- À todos os homens do grupo que escalaram em suas vidas e me permitiram participar da caminhada.

RESUMO

POLATI, Rosangela Rahal (2012). *O Cuidado Criativo. Sistematização do processo Arteterapêutico em Associações de Serviços Comunitários para Idosos*. São Paulo, SP: 2012. Dissertação de Mestrado em Gerontologia – Pontifícia Universidade Católica de São Paulo – PUC/SP.

Muito mais do que as múltiplas características que são próprias da velhice, o sujeito em seu envelhecer traz experiências que lhe são únicas. Envelhecemos pelo corpo e pela alma, e o que nos caracteriza como iguais também nos distancia pela sua unicidade. Esta pesquisa, fundamentada nos referenciais teóricos da Gerontologia e da Arteterapia, teve abordagem qualitativa a partir da utilização do modelo teórico do Continuum das Terapias Expressivas (ETC), ao sistematizar a experiência de trabalho desenvolvida no ano de 2010, na Associação de Serviços Comunitários a Idosos Ana Pedroso de Toledo (ASCI), Organização da Sociedade Civil de Interesse Público (OSCIP), localizada na região de Cotia, São Paulo. Os dados foram obtidos a partir da observação do pesquisador durante as sessões de Arteterapia, contendo os trabalhos elaborados pelos sujeitos da pesquisa e da relação terapeuta/cliente/grupo realizadas nesse período. Apresentaram-se nesta investigação a atividade arteterapêutica como função criativa e de aprendizagem, sua aplicação, e as percepções que ocorrem no processo de envelhecer. As experiências se deram em dois grupos de sexos diferentes, formados por 12 pessoas idosas, entre 70 a 91 anos de idade, apresentadas através das características de atuação de cada grupo e sexo. Os grupos reviveram fases de suas vidas e puderam apontar suas experiências, buscando novos significados que foram incorporados ao momento atual de suas vidas. Neste trajeto de sistematização, além de se contribuir com subsídios metodológicos à Arteterapia, descobriu-se o processo arteterapêutico como um movimento de cuidado em Associações Comunitárias Dia para Idosos, apresentando-o como um programa de possível ressignificação e, conseqüentemente, possibilidade para novos sentidos de vida de nossa existência cada vez mais alongada. O trabalho arteterapêutico, através da representação da individualidade subjetiva de cada um, pode proporcionar também a emergência da consciência deste sujeito resgatando neste a percepção do querer.

Palavras-chave: Arteterapia, idosos, Processo Arteterapêutico, percepção, criatividade, ETC, Gerontologia.

ABSTRACT

Even more than multiple characteristics inherent of old age, the subject in its ageing brings unique experiences. We age through body and soul, and what defines us as equals also distances us for its oneness. This research was grounded under the theoretical references of Gerontology and Art Therapy, it had a qualitative approach from the utilization of theoretical model of Expressive Therapies Continuum (ETC) based on the systematization of the work experience developed in 2010 at the “Ana Pedroso de Toledo” - Elderly Community Services Association (ASCI), Civil Society Organization of Public Interest (OSCIP), placed at Cotia municipality in São Paulo State. The data was obtained from the researcher’s observation during the Art Therapy sessions, containing the work prepared by the research subjects, from the relationship between therapist/client/group carried out during that time. In this investigation the Art Therapeutic activity was presented as a creative function as well as a learning point, its application and the perceptions that occurred in the ageing process. The experiences were carried out in two groups. The group was composed by 12 elderly people, between 70 to 91 years of age, and presented through out the acting characteristics of each group and sex. The groups relived their life phases, being able to point out their own experiences, seeking for new meanings to incorporate into the current moment of their lives. In this path of systematization, besides the contribution to the Art-therapy with methodological subsidies, the Art-therapeutic process was unveiled as a moving care for Day Community Associations for Elderly People, showing as a feasible program for resignification and consequently a possibility to give new life meanings for our increasingly elongated existence. The Art therapeutic work through the representation of each ones subjective individuality can also provide consciousness rising as well as rescuing the perception of will.

Key words: Art Therapy, elderly, Art Therapeutic Process, perception, creativity, ETC, Gerontology

Índice de figuras

Figura 1. Retrato no espelho	14
Figura 2. Quadro Picasso	25
Figura 3. Imagem de Forma em Gestalt	48
Figura 4. Árvore gomífera	53
Figura 5. Imagem de corpo em papel Kraft	77
Figura 6. Imagem do trabalho Sra.S	78
Figura 7. Imagem do trabalho Sr.C	78
Figura 8. Imagem do trabalho Sra.D	80
Figura 9. Imagem do trabalho Sra.S	81
Figura 10. Imagem do trabalho Sra.S	83
Figura 11. Imagem do trabalho Sra.D	83
Figura 12/13/14. Sequência de imagens dos trabalhos Sr.J.H	86
Figura 15. Detalhe de escultura do trabalho Sr. F	93
Figura 16. Imagem do trabalho Sra.M	96
Figura 17. Imagem do trabalho Sra.T	98
Figura 18. Imagem do trabalho Sra.D	98
Figura 19. Imagem do trabalho Sra.T.P	98
Figura 20. Imagem do trabalho Sra.S	98
Figura 21. Imagem do trabalho Sra.B	99
Figura 22. Imagem do trabalho Sra.M	99
Figura 23. Imagem do trabalho Sr.F	100
Figura 24. Imagem do trabalho Sr.J.H	100
Figura 25. Imagem do trabalho Sr.C	100
Figura 26. Imagem do trabalho Sr.J.C	100
Figura 27. Imagem do trabalho Sra.T	103
Figura 28. Imagem do trabalho Sra.S	103
Figura 29. Imagem do trabalho Sra.T.P	104
Figura 30. Imagem do trabalho Sra.B	104
Figura 31. Imagem do trabalho Sra.D	106
Figura 32. Imagem do trabalho Sra.S	106
Figura 33. Imagem do trabalho Sr.C	107
Figura 34. Imagem do trabalho Sr.F	107
Figura 35. Imagem Sr.G. trabalhando com cimento celular	108
Figura 36. Imagens esculturas em argila do Sr.C. e Sr. F	108
Figura 37. Imagens composição flores	108
Figura 38. Imagem trabalho Sra.T	110
Figura 39. Imagem do trabalho Sra.S	110
Figura 40. Imagem do trabalho Sra.D	110
Figura 41. Imagem do trabalho Sr.J.C	111
Figura 42. Imagem do trabalho Sr.J.H	111
Figura 43. Imagem do trabalho Sr.C	111
Figura 44. Imagem do trabalho Sr.F	111
Figura 45. Varias imagens de trabalhos monotipia	112
Figura 46. Varias imagens de trabalhos monotipia	112
Figura 47. Imagem boneca com material reciclado Sra.D	115
Figura 48. Imagem trabalho Sr. J.H	119

Figura 49. Imagem trabalho Sra.T	123
Figura 50. Varias imagens de trabalhos utilizando diversos materiais	124
Figura 51. Imagem do trabalho Sra.T.P	124
Figura 52. Imagem do contorno do corpo em arame com flores trabalho Sra.D	125

SUMÁRIO

Introdução.....	13
Capítulo 1. Arte Terapia, experiências e envelhecer. <i>Multiplique seus olhos</i>	25
Capítulo 2. O Caminho. <i>Permita que o vento conduza a seu destino</i>	53
Capítulo 3. Etapas do caminho. <i>O rio está fazendo seu aprendizado</i>	93
Capítulo 4. Arteterapia como cuidado. <i>O caminho do rio da vida</i>	115
Considerações Finais. <i>Cuidando do terreno</i>	125
Referências Bibliográficas.....	131

INTRODUÇÃO

Deus, minhas mãos estão velhas. Nunca disse isso antes em voz alta, mas estão. Antes eu sentia tanto orgulho delas. Eram macias, como a maciez aveludada de um pêsego firme e maduro. Sua maciez agora é mais como a dos lençóis velhos, ou das folhas murchas. Quando foi que mãos esguias e graciosas como aquelas tornaram-se estas garras, encolhidas e recurvadas? Quando, Deus? Aqui pousam elas no meu colo. Lembranças cruas deste desgastado corpo que me serviu tão bem. (GRANA, 1977)

Escolher trabalhar com pessoas idosas veio da necessidade de compreender o processo de envelhecimento e a percepção sobre ele, que afluíram após forte vivência durante minha formação no curso de especialização em Arteterapia, em 2008. Em um trabalho arteterapêutico fiz o desenho cego de meu rosto. O desenho cego é o trabalho no qual se elabora principalmente o movimento perceptivo daquilo que se quer retratar ao invés do objeto em si. Minha imagem vista e refletida de um espelho, ao ser transferida para o papel, provocou em mim um encontro inquieto, como as mãos da epígrafe que abre esta introdução. O “retrato no espelho”¹ apareceu como a imagem de mim, e ao mesmo tempo a sentia de outro externo, e que não podia ser eu mesma, criando um reflexo que se contextualizava em algo que não conseguia nomear, mas que era eu; um “estranho familiar”, como nomeia Freud (1985).² Enxergava traços familiares e ao mesmo tempo sentia estranhamento, susto, certa antipatia. Assim como na passagem do conto de Grana (1977), cujas mudanças aconteceram no corpo e foram percebidas pelas mãos que, pousadas sobre o colo, passaram a representar desgaste assustador e irreconhecível. A esse respeito, Sarti (2008, p.88) afirma que “o confronto com o estranho põe em questão as certezas sobre si mesmo. A diferença é ameaçadora porque fere a própria identidade”.

¹ Ver figura 1.

² Certa vez Freud viajava de trem quando, de repente, a porta se abriu e ele viu um homem velho de roupão em seu compartimento. Ele não simpatizou com o tipo. Entretanto, era a sua própria imagem refletida no espelho preso atrás da porta que se abriu. Ou seja, ele era o objeto do olhar antipático de si mesmo.



Fig.1 ³

Para entender o processo de estranhamento que se desvelava pelo retrato, refiz o caminho, inicialmente buscando o conceito de identidade como fenômeno do inconsciente. Em Jung (1981, p.512), a identidade “constitui, em primeiro lugar, uma igualdade inconsciente com o objeto”, pois, a identidade como fenômeno consciente implicaria “uma separação entre sujeito e objeto, com o que o fenômeno da identidade ficaria anulado” (p.511). Jung entende que identidade não surge como “uma *equiparação* nem uma *identificação*, mas uma identidade *a priori* que, de modo geral, jamais foi objeto da consciência” (p.512).

A imagem como objeto materializado pelo desenho no papel não se identificava comigo naquele momento, sujeito que a observava. E nessa disposição encontramos as “correções” nas demais pessoas daquilo que deveríamos corrigir em nós próprios. E nos separamos como sujeitos do processo contínuo do viver e, portanto, do envelhecer. Passamos a não identificar que estamos envelhecendo, mas indicamos nos demais o processo do envelhecer.

Como então identificar o que via naquele desenho que tanto me constrangia?

³ Fotografia do “desenho cego” do meu rosto (2008).

Se entendermos os processos que vivenciamos olhando a partir das nossas referências, na realidade estamos:

Espelhando a realidade exterior naquilo que é “familiar”, sem enxergá-la em sua maneira de se explicar a si mesma. Traduz-se o estranho em termos “familiares”, o que impede o movimento de estranhamento necessário para relativizar nosso próprio olhar. (SARTI, 2004, p.16)

Voltando às lembranças, a imagem que conhecia da velhice era a de pessoas atuantes, inteligentes, quase sempre saudáveis, e que durante o envelhecer se mostravam presentes no processo.

Venho de família de pessoas longevas, sendo que alguns familiares alcançaram ou passaram dos 100 anos. Assim foi com meus avós. Minha avó paterna morreu com 96 anos, a avó materna com 98 anos, uma tia-avó com 105 anos. Minha mãe, agora com 75 anos, sempre grande exemplo de vivacidade, atualização e especialmente criatividade. Recomeçou aos 60 anos a vida profissional e hoje transmite sabedoria nas ações diárias. Viaja, pratica meditação, faz ginástica, participa de um grupo de filosofia, frequenta aulas de dança e se mantém atualizada, sustentando a referência familiar do envelhecer.

Como acontece com a minha família, observo que as demais famílias constroem a noção sobre si mesmas e recontam histórias por meio de discursos ou criação dos próprios mitos. Simbolicamente expressam o significado e a explicação do que vivem criando mitos familiares que se perpetuam em forma de marcas herdadas.

Nesse jogo entre o mundo exterior e o mundo subjetivo, as construções simbólicas operam numa relação especular. Assim acontece na família. O discurso social sobre a família se reflete nas diferentes famílias, como um espelho. Em cada caso, entretanto, há uma tradução desse discurso, que, por sua vez, devolverá ao mundo social sua imagem, filtrada pela singularidade das experiências vividas. Assim, cada família constrói seus mitos a partir do que ouve sobre si, do discurso externo internalizado, mas devolve um discurso sobre si que contém também sua própria elaboração, objetivando sua experiência subjetiva. (SARTI, 2004, p.14-15)

Surgiram muitas perguntas. Afinal, como realmente vemos o envelhecer e a nossa velhice? O envelhecer é sempre igual, ou existem maneiras distintas?

O envelhecimento até aquele momento era positivo. A partir do desenho, entretanto, mostrou-se frágil e difícil de ser aceito.

Olhar para o papel e nele constatar a imagem de um rosto envelhecendo implicava pensar nos “olhares” que direcionamos aos mais velhos, na representação manifesta da construção social de um corpo estigmatizado. Envelhecer naquele momento passou a representar para mim uma inadequação social.

A complexidade do tema e a busca por entender a percepção da imagem “real” e a imagem “imaginária” existente durante nossa vida levaram-me a uma compreensão mais ampla sobre o sujeito que envelhece: analisar, desconstruir e reconstruir a imagem formada por mitos e “pré-conceitos”, na qual há o espelhamento do velho que existe dentro de nós.

Este estudo buscou compreender questionamentos sobre a percepção de como envelhecemos e não observamos o envelhecer; e, quando o percebemos, como as percepções se ressignificam.

Como afinal notamos a velhice? Ainda distinguimos a velhice numa perspectiva dividida, como a de Platão? Ele, no “mito da caverna”, imagina pessoas presas por toda a vida em uma caverna, de onde somente percebiam as sombras de quem passava do lado de fora. As imagens eram projetadas para dentro da caverna em uma parede à sua frente, iluminada pelo fogo que ardia às suas costas. Isso criava percepção distorcida da realidade, pois nunca viam a imagem “real” dos objetos projetados na parede, mas que se tornava “real”, pois era a única que conheciam. Platão entendia que a realidade somente é percebida de maneira racional, dividindo o que considerava o mundo das ideias do mundo da razão. Ou seja, capturamos as verdades absolutas apenas se não utilizarmos as percepções sensoriais.

Como realmente projetamos nossa vivência?

Para entender como a vida se materializa, Jung (1984) afirma que é teleológica, tem determinado fim, um propósito; nosso objetivo centra-se, portanto, em procurar alcançar o termo de cada processo.

Desejamos atingir cada etapa do curso da vida em direção ao ápice, representado pela idade adulta. Jung (1984) retrata esse curso como a montanha. Iniciamos a subida durante a infância, até atingirmos o cume, almejando com frequência retardar a descida, detendo-nos no pico por direito, recusando-nos a conformar com as leis da natureza. E assim ficamos enrijecidos, deixando de nutrir a alma, o que, segundo Jung, petrificaria as pessoas na idade madura, vivendo de recordações do tempo de juventude. A consciência nessa fase se mantém planando, estacionada no ar, enquanto a vida segue descendo cada vez mais rapidamente o seu curso, equidistante dos acontecimentos anteriores.

Agarramo-nos com força à infância e à vida de antigamente. Onde antes ficávamos paralisados pelo medo de viver, no envelhecimento nos paralisamos pelo medo da morte.

Deve-se compreender que a forma como se enxerga a morte tem influência direta na maneira de ser, pois convivemos durante o desenvolvimento com processos de vida e de morte. Buscam-se, segundo Goswani (2005), conhecimentos teóricos para o significado da morte, o que nos levará a refletir sobre ela. Mas não se deve esquecer que, dentro de nossa construção, determinamos o rumo do pensamento e a verdade sobre a representação da morte. Somos individualmente uma construção de tramas sociais e culturais, portanto, somos nossas experiências de vida.

O medo mostrou sua face quando meu avô paterno morreu, minha primeira experiência adulta com a morte. Durante o velório presenciei as mulheres mais velhas da família chorando sobre o corpo exposto na sala de visitas. Descendente de libaneses, o ritual do luto era um cerimonial de tradição da comunidade. O grupo de parentes e amigos demonstrava fortes manifestações de gestos e sons, em *performance* de valor simbólico da perda de um ente.

A partir das minhas lembranças, desvelaram-se o medo de perder pessoas queridas e o medo da própria finitude.

Heidegger (1986) se refere ao tema morte ressaltando que ela se desentranha como perda e, mais do que isso, a perda experimentada pelos que ficam. Ao sofrer a perda não se tem acesso à perda ontológica como tal, “sofrida” por quem morre. Em

sentido genuíno, não realizamos a experiência da morte dos outros. No máximo, estamos apenas juntos.

Pensamos na própria morte a partir da morte do outro, e criamos, nesse momento, antecipação angustiante sobre algo que certamente nos aguarda, mas que desconhecemos como a nós pertencente. O ser-para-a morte é essencialmente angústia, lembra Heidegger (1986). No processo de envelhecimento e na morte não se vê o velho em nós, pois a imagem do velho é sempre do outro. Mas causa desconforto angustiante olhar o velho refletido em nossa imagem atual, pois nos apresenta a finitude como real.

Jung (1984) reflete sobre o tema “morte” comparando as diferenças do significado da vida de pessoa jovem, idoso e doente terminal.

A juventude tem, aparentemente, um objetivo, um futuro, um significado e um valor, enquanto a marcha para o fim é apenas uma cessação sem sentido. Se alguém tem medo do mundo, da vida e do futuro, todos consideram isto como lamentável, irracional e neurótico; o jovem é visto como um poltrão covarde. Mas, se o homem que envelhece sente um pavor secreto ou mesmo um temor mortal ao pensamento de que suas expectativas razoáveis de vida agora são apenas de tantos e tantos anos, então nos lembramos penosamente de certos sentimentos que trazemos dentro de nosso próprio peito, desviamos talvez o olhar para outro lado e encaminhamos a conversa para outro assunto. (JUNG, 1984, p.425- 426)

Afirma que mesmo se houver discursos prontos fiando conceitos sobre a morte, o medo surge solitariamente, quando se está sob a influência dos pensamentos que contabilizam os anos de vida e as perdas dos entes queridos, dos desejos; “então toda a nossa sabedoria de vida se esgueirará para um esconderijo impossível de descobrir, e o medo envolverá o insone como um cobertor sufocante” (JUNG, 1984, p.426).

A velhice é o desmascaramento do medo de morrer. De que modo então transpor os conceitos sobre a pessoa idosa para a vida diária e ambiente de trabalho, muitas vezes carregados de ideias preconcebidas em relação ao processo do envelhecimento?

O trabalho da arteterapia desenvolvido com idosos, especialmente em associações comunitárias-dia, fez com que fossem vivenciadas distintas realidades do envelhecer, com fragilidades e dogmas, apresentando sujeitos plenos que perdem o

reconhecimento como seres, passando a um estado de dependência, diluída sua individualidade, aproximando-os do medo de enfrentar velhice presente e finitude.

O processo se iniciou com visitas a várias associações-dia, instituições de longa permanência, participação em simpósios, congressos e eventos nas áreas gerontológica e interdisciplinar. O trabalho que apresento surge desse caminho, unindo experiências arteterapêuticas de dois grupos de idosos de ambos os sexos, em 2010, na Associação Comunitária de Idosos Ana Pedroso de Toledo (ASCI), localizada na região de Cotia, Grande São Paulo, reunindo material e vários aspectos que permitem identificar o desenvolvimento do estudo. As observações e estudos na associação de idosos e experiências elaboradas no trabalho que desenvolvo em ateliê arteterapêutico conduziram ao tema da pesquisa.

Para apropriar amplamente o trabalho de arteterapia na Gerontologia, o Programa de Estudos Pós-Graduados em Gerontologia deu conhecimento geral, porque há diversos autores que tratam das experiências do envelhecer. Minha visão sobre o processo de envelhecer amadureceu intensamente. E o mesmo aconteceu comigo, em aspectos mais amplos do que somente o biológico.

Além de Jung, neste trabalho são estudados autores das multidisciplinas de artes, psicologia, biologia e filosofia, que acompanharão a tarefa de esclarecer o movimento das novas aquisições perceptivas durante o viver e a validação desse caminho. A intenção é, portanto, mostrar olhar diversificado para os princípios que regem o estudo.

Maturana (2009), um dos autores que auxiliaram o estudo, assinala que se nossa percepção é validada em determinado momento, tem-se igualmente que considerá-la como ilusão em um segundo instante, movimento interpretado pelo autor como aspecto constitutivo do existir e não limitação do entendimento. Para Maturana (2010, p.262), a percepção trabalha de forma circular, sem ponto de referência fixo e absoluto. Assim, não conseguimos sustentar ou validar as descrições. A definição induz, com o autor, a questionar como reunir a experiência deste estudo e a própria experiência de vida, ligadas às verdades do mundo e às possibilidades de coexistência de duas ou mais verdades.

Ressalta Maturana que estamos mergulhados no movimento circular de ações e relações entre experiências e aprendizados.

Todo fazer leva a um novo fazer; é o círculo cognitivo que caracteriza o nosso ser, num processo cuja realização está imersa no modo autônomo de ser vivo.[...] Nossas visões de mundo e de nós mesmos não guardam registros de suas origens. As palavras na linguagem (na reflexão linguística) passam a ser objetos que ocultam coordenadas comportamentais que as constituem operacionalmente no domínio linguístico. Por isso nossos “pontos cegos” cognitivos são continuamente renovados e não vemos que não vemos, não percebemos que ignoramos. (MATURANA, 2010, p.264)

Somente quando levados a alguma interação que nos tire do óbvio, do que é fácil de entender, nos permitimos refletir sobre o fazer que produzimos no mundo. No estudo, a realidade acadêmica multidisciplinar permitiu pensar sobre o que se conhece, e a partir das relações criadas transformar o conhecimento em ações concretas.

Deparei-me que o ato de *experimental* durante minha formação acadêmica nas artes plásticas ocorreu por meio das diversas técnicas expressivas, direcionadas à função estética. A palavra “estética” designa, aqui, “ciência do sentido, da sensação” (HEGEL, 2001, p.27). As técnicas incorporadas nas produções artísticas eram empregadas para agradar, ou desagradar o belo, a funcionalidade, entre outros, isto é, possuíam o sentido para a sensação que se pretendia obter, que vinha da experiência externa.

Na realidade, o indivíduo que se envolve com a arte experimenta harmonização que aparece entre pensamento e experiência, o que significa mergulhar em vivências terapêuticas que percorrem via de mão dupla; experiências do exterior para o interior e vice-versa. A arteterapia, portanto, serviu como base para utilização das técnicas e materiais, a fim de auxiliar os mais diversos processos de vida, especialmente durante o envelhecimento.

A arte, por si só, pode ser considerada terapêutica, igualmente as distintas iniciativas para relaxar, acalmar ou proporcionar prazer.

Mas a arte - do latim *agere* - significa agir. Impulsiona movimento que, por meio de formas concretas, faz nascer uma obra que representa a qualidade máxima da vida: a criatividade. Surge como necessidade e potencial essencial do ser humano. A natureza criativa está totalmente interligada ao viver, segundo Ostrower (1976), pois se

forma no contexto cultural. O potencial criativo é único, individual, mas a criação, que será a concretização das potencialidades, está arraigada em determinada cultura.

Envolver-se terapêuticamente pela arte requer vivência de experiências intransferíveis, insubstituíveis e irreproduzíveis. O trabalho terapêutico pressupõe, antes de mais nada, a relação terapêutica pela arte. Exige o “outro”. A condição de alteridade presente na relação terapeuta/paciente e a qualidade do contato a ser continuamente estabelecido são aspectos que atuam na construção de algo fundamental ao encaminhamento do trabalho: a produção dos sentidos que são revelados.

O diálogo com o mundo é sempre de caminhar por estradas desconhecidas, como indivíduos de passagem capazes de realizar travessias. A vida só é possível se reinventada, já dizia a poeta Cecília Meireles (1939).

A alteridade encontra na relação terapêutica uma nova configuração, abrindo-se além da ética, a ela comumente incorporada como valor. Nesse caminho, a experiência pela arte lança uma multiplicidade de dimensões do desconhecido. A produção artística, no movimento de interpretação da vida e de sua reinvenção, retira-nos da “zona de conforto”, do que é familiar, abrindo espaço para um olhar desconhecido.

Na pesquisa de Hermann (2006) entende-se:

O estranhamento promovido pela experiência estética tem condições privilegiadas para ampliar nossas condições de reconhecimento da alteridade, atuando na perspectiva de nos tornar sensíveis, tanto para reconhecer o externo como para estar atento às diferenças e às desqualificações do cotidiano. Diferenças e desqualificações que muitas vezes convivem bem com princípios abstratos (oriundos de justificações racionais), cheios de celebração e vazios em sensibilidade. (HERMANN, 2006, p.37)

O trabalho com arteterapia funciona como espaço de encontro que busca possibilidades na construção de relações terapêuticas, comprometendo-se com o movimento criativo.

Refletimos, então, sobre como se observam os fatos vividos. Diversas vezes o fazemos de modo sistemático, analisando-os e os reconhecendo somente por sua

representação atribuída, ou como ressalta Foucault (2010, p.183), por “um nome que cada qual poderá entender”.

O trabalho com a prática expressiva arteterapêutica surge de intervenções específicas, com o objetivo de criar possibilidades para processos que fortalecem aspectos da organização e interpretação pessoal. Além disso, a prática induz a caminhos de aprendizagem, pois a reflexão por ações criativas gera novos modos de aprendizagem. Portanto, não se deve definir esse trabalho de forma simples e sistemática.

Compreenderemos, durante o caminho, como a ação foi efetivada por meio do fazer artístico, forte criador de aquisições, permitindo aos indivíduos modificar as percepções de si e do mundo, agindo criativamente na própria existência.

Em *multiplique os seus olhos*, mostramos, em primeiro lugar, um espaço no Capítulo 1 que trata da arteterapia, na qual o fazer criativo origina a mobilização terapêutica pela arte. Oferecemos, para tanto, ampla visão da arteterapia, correntes de formação, regularização e construto. Descreve-se, no Capítulo 1, como se aplica a arteterapia no processo de envelhecimento e sua abrangência biopsicossocial. Procuramos compreender como são as experiências perceptivas no envelhecer e como somos levados a interagir com as imagens de sujeito corporal. Além disso, de que modo os movimentos exterior e interior, ao interagir, provocam a expressão criativa. A partir desse entendimento, analisa-se o agir no mundo.

O Capítulo 2, *permita que o vento o conduza a seu destino*, se desenvolve a partir da metodologia na qual a pesquisa foi elaborada, durante o ano de 2010, na ASCI. Mostramos a formação de dois grupos de ambos os sexos e a organização geral do ambiente arteterapêutico, do espaço físico, horários e regras, critérios para a participação nos grupos, enfatizando as diferenças entre os sexos. Acompanhamos o trabalho cujo tema se estruturou em três fases da vida, assim separadas: infância e juventude, juventude e passagem para a vida adulta, meia-idade para a velhice. A pesquisa apoiou-se no referencial teórico conhecido como Continuum das Terapias Expressivas, ou Expressive Therapies Continuum (ETC), em seus quatro níveis. Buscou-se demonstrar como se deu a interação com os materiais e técnicas artísticas e a análise dos trabalhos desenvolvidos. Esclarecemos a atuação do ETC na prática

arteterapêutica por meio das propriedades, exemplos e autores como Hinz, Kagin, Lusebrink, Jung, Nachmanovitch, Dewey, Damásio e Arcuri, que ajudaram a consolidar o modelo teórico. Compreendemos nesse capítulo os três momentos aplicados durante as sessões arteterapêuticas: aquecimento, momento criativo e encerramento. Destacamos o primeiro momento deste trabalho com a leitura do poema de Robert Frost (1874-1963), “The road not taken”, e como se diferenciaram as imagens expressas de homens e mulheres. Iniciamos, a partir da questão, a apresentação das distinções entre os sexos, sustentando-nos em Jung e Burkhard, que auxiliaram a compor as diversas características entre os sexos no envelhecimento.

No Capítulo 3, Etapas do Caminho, seguimos com *o rio está fazendo o seu aprendizado*, iniciado com a primeira fase do trabalho. Com o psiquiatra francês Boris Cyrulnik, o objetivo foi a formação das imagens que marcaram a memória durante a vida. Este estudo procura apresentar um caminho, entre vários, para a sistematização da experiência arteterapêutica e, como tal, serve de subsídio para indicar a utilização e obter reflexão sobre o tema. Sistematizamos as três fases de vida, apresentando em cada uma os materiais usados e diferenças entre os grupos, imagens e falas dos participantes. Em cada fase apreendemos processos relacionados ao momento vivido: destacamos o afeto na primeira, questões relacionadas ao corpo na segunda, e a expansão criativa na terceira etapa.

No Capítulo 4, a arteterapia como cuidado, *o caminho do rio da vida* prossegue. Essa modalidade expressiva é possibilidade de transformação do ser e ressignificação para o viver durante o envelhecimento. Destaca-se a importância da existência do espaço grupal no envelhecer, fundamentada pelas características perceptivas e emocionais que diferenciam o idoso. Mostramos a arteterapia como atividade de interação prazerosa, amorosa, libertadora das funções criativas e meio para atingir a *cura*. Ressaltamos a atuação cuidadora da arteterapia a partir de exemplos práticos dos grupos de idosos da ASCI.

Conclui-se o trabalho com as considerações finais, *cuidando do terreno*, ressaltamos a importância da atividade arteterapêutica como apoio cuidador durante o envelhecimento, aonde o espaço de atenção ao idoso servem como estimuladores da criatividade e de desenvolvimento.

Nas considerações finais afirma-se que o estudo apresentou o entremear dos movimentos apreendidos pelos sujeitos participantes. O que foi elaborado pelos grupos serviu como conteúdo para criação de projetos que seguiram em direção a novas possibilidades, como tecer entre o querer mais e a vida. Percebemos, após o trabalho, sujeitos plenos de vontades, ideias e vida. Estar com os grupos de idosos contribuiu imensamente para melhor conhecimento e percepção das imagens da velhice e dos caminhos do envelhecimento em relação a minha imagem e à imagem do outro. De autoimagem negativa e estereotipada, para um processo dinâmico e sistêmico da contínua produção de si mesmo. Este estudo comprova que o olhar deve transcender ideias preconcebidas que se deve ampliar o olhar para além ideias preconcebidas, para crenças, expectativas, saberes, convicções, enfim, abrindo possibilidades de mudanças reflexivas.

Conclui-se a experiência com um poema de Rubem Alves (2004, p.163): *Cada momento de beleza vivido e amado, por efêmero que seja, é uma experiência completa que está destinada à eternidade. Um único momento de beleza e amor justifica a vida inteira.* Cada pessoa avança em seu ciclo de vida de maneira própria, via única, mas, naquele momento, total, a ser seguida com coerência, dentro de um mundo sensorial, expressivo e passível a críticas, sendo, portanto, constantemente modificado.

CAPÍTULO 1

ARTETERAPIA, EXPERIÊNCIAS E ENVELHECER:

MULTIPLIQUE OS SEUS OLHOS



Fig.2 ⁴

Talvez uma das funções mais importantes da arte consista em conscientizar os homens da grandeza que eles ignoram trazer em si.

André Malraux ⁵

⁴ Foto do quadro de Picasso, retirada do livro *Visões secretas* (1978, p.6)

⁵ André Malraux, além de escritor, concebeu o conceito do “Museu do Imaginário” (1947), considerando que a reprodução de obras de arte por meio da fotografia impressa seria uma forma de eliminação dos enquadramentos da pintura e escultura, e privilegiaria o público com a visão do mundo da arte, promovendo um imaginário individual ou coletivo susceptível de configurar uma primeira forma de museu virtual. Cf. <<http://imagesvisions.blogspot.com.br/2011/07/o-museu-imaginario-de-andre-malraux.html>> Citação retirada do livro “*Visões Secretas*” (1978, p.19).

Durante os atendimentos na ASCI, doravante denominada Associação-dia, observou-se que o idoso, ao se confrontar com as perdas advindas do processo de envelhecimento, torna-se uma pessoa com percepções da realidade distorcidas e engessadas, pois lhe são retiradas, com frequência, as possibilidades de ser no mundo e atuar criativamente.

O engessamento se dá por processos de perda de contato com o mundo externo, isto é, o mundo das sensações. O querer se estreitou pela falta de comunicação e contato, paralisando a construção e desconstrução de conceitos, retirando o desejo de criar, aprender e manter o ritmo pulsante de vida.

Uma das formas de entrar no mundo das sensações é pelo divertimento. Sem ele, lembra Nachmanovitch (1993), aprendizado e desenvolvimento não são possíveis. O divertimento é ação que leva a explorar técnicas, experimentar e utilizar materiais, criar na procura de formas, novas maneiras de relações com pessoas, imagens e consigo. Brincar liberta e expande o campo de ação, tornando-nos mais flexíveis, pois aprendemos a partir da diversão a nos adaptar melhor às situações.

Nachmanovitch (1993) ressalta que ao reinterpretar um fato e dar existência a outros, preservamo-nos de modos imutáveis e estagnados de viver. Somente pelas brincadeiras reorganizamos as possibilidades de fazer, analisar, assimilar ideias, raciocinar, julgar e opor-nos a problemas. Ou seja, melhorar a aptidão, habilidade mental e capacidades, espelhando no movimento a verdadeira identidade, de modo a utilizá-la de maneiras inesperadas.

Brincar inclui o que sai da especialização do fazer concreto, para possibilidades que transcendem reduzir especificidades de materiais e conhecimentos.

O contexto essencial, que não deve ser esquecido ou relegado, é o do homem. Todos os acontecimentos, tudo o que nos possa afetar e o que possamos querer saber, têm em comum *o homem e a cultura humana*. Estão ligados a partir do homem, através do homem, em relação ao homem. Estão ligados no vivenciar a vida, que é global e não especializada. (OSTROWER, 1977, p.38)

As experiências humanas são apreendidas quando se inserem no movimento de brincar, deleite, interesse atento, perceber prazeroso da realização, observar fascinante. Coleridge, em sua seleção de poesias e prosas, apresenta a maneira pela qual o leitor de poesias deve engajar-se em sua atividade, a qual estendemos para todas as atividades que tratam, como o movimento poético, do corpo e da mente,

O leitor deve ser levado adiante não meramente ou, sobretudo, pelo impulso mecânico da curiosidade, não pelo desejo irrequieto de chegar à solução final, mas pela atividade prazerosa do percurso em si. (COLERIDGE apud DEWEY, 2010, p. 62)

O agir criativo não deve excluir viver, existir, vivenciar e sentir. Apresenta-se aspecto do fazer que, ao percorrer as experiências com o propósito de configurar uma matéria, configura-se igualmente o sujeito. Ao criar, o homem se recria.

E para acontecer, a arte surge como processo de fazer ou criar, que utiliza a imaginação criativa e a capacidade de se relacionar com matérias e realidades. Ostrower (1977, p. 39) afirma que as buscas do fazer criativo são *formas de relacionamento afetivo*, formas de respeito pela essencialidade de um fenômeno. Isso implica dizer que a afetividade cria caminhos que interligam a razão de ser de um fenômeno a uma visão globalizante dos processos humanos, dando significado à atuação do fazer para si em termos humanos. Para as capacidades se tornarem processos criativos, necessitam possuir habilidade amorosa, nos identificando com tudo o que se transforma. Precisamos criar afinidade e empatia com o que é formado pela experiência, entendendo que a visão de um indivíduo dependerá da sensibilidade; inversamente, a sensibilidade sempre estará submetida à visão do todo.

Maturana (2009) explica que vivemos os conflitos do viver e conviver como se fossem racionais, mas são na realidade de nosso viver e conviver emocional, pertencentes ao domínio dos desejos ou da negação dos desejos, e da consciência. Vivemos na existência da linguagem, optando por,

Possibilidades de escolher o espaço relacional em que queremos realizar nosso fazer a partir de uma mudança emocional que nos expõe às implicações de nossos desejos. Enfim, podemos usar nosso raciocinar para justificar ou negar diante de outros ou de nós mesmos as emoções que nos guiam;

nunca, porém, é a razão o que guia nosso viver e conviver, mas é sempre o nosso emocionar. (MATURANA, 2009, p.192)

Para o autor, quando se reflete a respeito do processo de conhecimento há um movimento introspectivo de nos voltarmos para nós mesmos. Nesse momento ocorre a oportunidade do reconhecimento de quem somos, do que acreditamos e de como são os demais.

Esse movimento nos coloca na posição de seres modificáveis, significando que o homem é um ser em permanente mutação e de desenvolvimento responsável, ou seja, somos um ser em relação. Portanto, nos renovamos a cada instante, reconstruindo e construindo continuamente um eterno projeto existencial. Fazer leva sempre a novo fazer, assinala Maturana (2010), em movimento de interação contínua. A arte contribui para o processo de reconstrução da vida, em que o fazer criativo impregnado da subjetividade de quem o pratica recria formas percebidas, expressando experiências e valores, por meio dos diversos símbolos empregados nas imagens que passam a existir.

Ostrower (1977) explica que ao formarmos a matéria, ordenando-a, configurando-a e dominando-a, igualmente nos ordenamos interiormente e passamos a nos conhecer. Conhecendo-se melhor, a pessoa se enxerga melhor, permitindo o envolvimento nas possíveis mudanças.

Destaca Coutinho (2008) que, pela relação terapêutica, as construções e as criações que se revelam são processos de autoconhecimento que, bem compreendidos, auxiliariam no desenvolvimento do ser. Pela arte caminhamos para o conhecimento do que realmente acreditamos, no sentido das crenças e convicções, valores e opiniões, medos e resistências. Fazer com arte explora a imaginação com intenção de iniciar processos com maior flexibilidade, aprendendo a entender e a ver distintas opções.

A arteterapia atua, portanto, como forma de comunicação entre o sujeito e seus conteúdos internos, com o objetivo de sustentar simbolicamente cada intenção, sem perder de vista o principal, que é curar-se. Relaciona-se o curar como referência da fonte amorosa entre cuidador e cuidado.

Nas diversas correntes da arteterapia sobre as quais discorreremos a seguir permanece a afirmação de que o arteterapeuta não deve intervir no processo de seu

cliente, pois se consideram terapêuticos a própria realização e o processo da expressão criativa.

O processo da arte e sua função terapêutica seriam entendidos em uma longa história que percorre dos tempos das cavernas e suas representações artísticas do mundo à década de 40, quando a arte e a terapia se firmam nos Estados Unidos como campo de atuação de trabalho, utilizando-se a *arte mais terapia* de diversas formas. Desde a *arte em terapia* de Margareth Naumburg,⁶ seguida por Edith Kramer, que introduz a *arte como terapia*,⁷ para Janie Rhyne, com a *arte como e em terapia*⁸ em abordagem da arte e Gestalt (CIORNAI, 2004).

Freud, no início do século XX, manifestava visão analítica de obras de arte sob a luz da teoria psicanalítica. Em seguida com Jung, na década de 20, que inicia o uso da arte como parte do tratamento de seus pacientes por meio de representações simbólicas. Jung observou que arte expressa de maneira não objetiva tem conteúdos da experiência interior, não correspondendo, portanto, aos conteúdos das experiências conscientes, que por sua vez contêm imagens geralmente realistas dos objetos e da interpretação que acompanha a forma pela qual a pessoa percebeu como real.

Ele observou que as imagens durante o processo da arte expressiva surgiam de dentro, do que foi conhecido como “íntimo”. Por meio do acesso dos conteúdos inconscientes, o “íntimo” entraria na compreensão da representação pictórica.

A arte como terapia analisada a partir dos estudos de Jung compreende que

A finalidade deste “método de expressão” é tornar os conteúdos inconscientes acessíveis e, assim, aproximá-los da compreensão. [...] Todos os processos e efeitos de profundidade psíquica representados pictoricamente são, em oposição à representação objetiva ou “consciente”, *simbólicos*, quer dizer, indicam da melhor maneira possível, e de forma aproximada,

⁶ Na década de 1940, a norte-americana Margareth Naumburg firma a atividade arteterapêutica como campo específico, instituindo as bases teóricas. Ficou conhecida como a “mãe” da arteterapia. Utilizou a *arte em terapia* no tratamento psicoterápico e psiquiátrico, dando maior atenção ao conteúdo simbólico dos trabalhos (CIORNAI, 2004).

⁷ A *arte como terapia* surge com a artista e arte-educadora Edith Kramer na década de 1970, chamando a atenção ao potencial organizacional da terapia por meio da arte, podendo servir como agente promotor da saúde coletiva (CIORNAI, 2004).

⁸ Para Jane Rhyne, a *arte como e em terapia* apresenta seu valor terapêutico, no processo de criação dos trabalhos e após sua elaboração (CIORNAI, 2004).

um sentido que, por enquanto, ainda é desconhecido.⁹ (JUNG, 1985, p.120)

Na década de 1950, hospitais e clínicas de reabilitação passaram a incluir programas nos quais a arte foi integrada ao trabalho das psicoterapias, recebendo reconhecimento sobre os processos criativos como auxiliar da saúde e bem-estar.

No Brasil, a terapia pela arte surge com o trabalho de Nise da Silveira, em 1946, que implantou, no Centro Psiquiátrico Pedro II, no Rio de Janeiro, a “Seção de Terapêutica Ocupacional”, utilizando terapeuticamente os recursos expressivos. Ela criou ateliês de pintura e modelagem com a intenção de possibilitar aos doentes o uso de uma linguagem de expressão simbólica, baseada na psicologia junguiana e na criatividade como forma de representação das visões do mundo e dos conteúdos emocionais, reestruturando o estado interno da mente dos pacientes psiquiátricos.

Resultado da assimilação da arte como fonte auxiliar a muitos profissionais, a arteterapia consolidou-se uma profissão efetiva e importante método de comunicação entre diversas áreas e tratamentos.

A arteterapia como metodologia aplicada permite acessar as diferentes abordagens terapêuticas que variarão de acordo com sua especificidade; a abordagem psicodinâmica fundamentada nas teorias psicanalíticas; a abordagem humanística pela fenomenologia e da gestalt, entre outras; a psicoeducacional, compreendendo a terapia cognitiva comportamental e sistêmica ou integrativa (SEI; GONÇALVES, 2010).

Apesar das diferentes abordagens entre as escolas de formação arteterapêutica, o profissional que exerce essa atividade possui um construto próprio, considerando especialmente sua formação acadêmica, que dará as características de sua atuação.

Segundo Schaverien, citado por Sei e Gonçalves (2010), a arteterapia não é aula de arte e muito menos diversão ou passatempo. Qualquer atividade artística que traga prazer é considerada terapêutica, de um rabisco no canto da folha de papel às expressões artísticas mais elaboradas. Mas a arteterapia como processo não se reduz a uma

⁹ Publicado pela primeira vez em Neue Zürcher Zeitung CLIII/2, em 13 de novembro de 1932.

atividade com intenção de “passar o tempo” ou mesmo servir como ensino de técnicas artísticas.

A arteterapia busca oferecer pela qualidade da experiência o bem-estar, a atribuição de novos sentidos, a ressignificação da percepção sobre a vida, socialização e integração dos participantes, a inclusão de grupos minoritários, estimulação da criatividade, melhora na qualidade de vida. Apesar das dificuldades que decorrem especialmente quando se trata de processo multifacetado, como o envelhecer.

Entendemos demandas associadas à utilização da arteterapia e envelhecimento observando os objetivos das pesquisas sobre o tema. Há pesquisas qualitativas, especialmente em ILPIs, buscando encontrar possibilidades de se reinventar como sujeitos no contexto da instituição; verificação dos possíveis benefícios aplicados pela arteterapia; melhora na qualidade de vida dos indivíduos institucionalizados; promoção da criatividade; ampliação da consciência e atenção à saúde.

A arteterapia foi utilizada em investigação para o cuidado de profissionais da saúde que atuam em hospitais, como reversão dos processos de estresse. Com pacientes hospitalares, como fundamento para a preservação e promoção da saúde, objetivou-se agir como forma de reabilitação nas deficiências emocionais em pacientes oncológicos, além de ser dispositivo terapêutico em saúde mental na busca do equilíbrio emocional e minimização dos efeitos negativos da doença mental em Centro de Atenção Psicossocial (CAPS). Em Centro de Referência do Idoso (CRI), a arteterapia se apresenta, em conjunto com visão interdisciplinar, dialogando com demais profissionais da saúde.

Em outra direção, buscou-se a compreensão intergeracional por meio do fazer arteterapêutico; da arte como inclusão; descobrir caminhos de autoconhecimento; autopercepção; reconstrução da autoestima; utilização da arte a serviço da cura; prática em ateliê arteterapêutico; despertar de potencialidades criativas. Nas especificidades de materiais e técnicas, almejando a obtenção de autoconhecimento, promoção de saúde, integrando ritmo e harmonia e concretização de conteúdos do inconsciente.

Não foram encontradas pesquisas relevantes específicas na área da arteterapia e associações comunitárias, o que justificaria essa elaboração. Do mesmo modo, não foram encontradas pesquisas com grupos de idosos de diferentes sexos, ratificando a especificidade deste trabalho.

Segundo Gonçalves (2010), a arteterapia possui construção própria por não pertencer ao campo das artes ou da psicoterapia, sendo utilizada com maior liberdade expressiva.

A arte configura uma possibilidade ou um recurso expressivo permeado por menor “sensoriamento” dos recursos de inibição ou de despistamento mais desenvolvidos no nível da racionalidade na fala, que se destaca como uma das características implícitas dessa forma de terapia – a terapia referindo-se à melhora geral do sujeito em processo arteterapêutico em relação a sua saúde. (GONÇALVES, 2010, p. 30)

Sua regularização se dá por meio de diversas associações estaduais filiadas a uma única nacional, denominada União Brasileira de Associações de Arteterapia (UBAAT), fundada em 2006. Atualmente são dez associações estaduais que integram a UBAAT, cujo objetivo é assegurar a qualidade da prática e do ensino da arteterapia no Brasil.

Segundo informações da UBAAT, a arteterapia

Visa estimular o crescimento interior, abrir novos horizontes e ampliar a consciência do indivíduo sobre si e sobre sua existência. Utiliza a expressão simbólica, de forma espontânea, sem preocupar-se com a estética, através de modalidades expressivas como pintura; modelagem; colagem; desenho; tecelagem; expressão corporal; sons; músicas; criação de personagens, dentre outras, mas utiliza fundamentalmente as artes plásticas, e é isso que a identifica como uma disciplina diferenciada. Enquanto a arte-educação ensina arte, a arteterapia possui a finalidade de propiciar mudanças psíquicas, assim como a expansão da consciência, a reconciliação de conflitos emocionais, o autoconhecimento e o desenvolvimento pessoal. A arteterapia tem também o objetivo de facilitar a resolução de conflitos interiores e o desenvolvimento da personalidade. (<<http://www.ubaat.org/>> Acesso em 10 de maio de 2012)

O debate sobre o campo de atuação da arteterapia, afirma Junge (1994), dura longos anos em torno dos “artistas como terapeutas” e da “arte e psicoterapia”. Os “artistas” que são terapeutas recebem críticas de outras linhas por não se basearem na ciência; contrariamente, a crítica à psicoterapia que trabalha com arte centra-se em possuir visão demasiadamente clínica.

Arteterapia envolve situação de ajuda, considerada como conceito definido especialmente para momentos de sofrimento ou desconforto, com implicação por uma procura de ser cuidado. Utiliza o cuidar como processo criativo, que inclui a capacidade de compreender, relacionar, ordenar, configurar e significar, em uma análise que transcende o percebido imediatamente, mas do entendimento amplo e geral.

A criatividade,

É de fundamental importância, tanto como exercício de liberdade no trato com os materiais quanto como recurso de aprimoramento da fluência e da flexibilidade, como propiciadora de ideias originais e inovadoras, de sensibilidade, fantasia, imaginação, independência, curiosidade e confiança. (GONÇALVES, 2010, p. 31-32)

Criatividade vem do latim *creare* e significa fazer, conceber, produzir, relacionar, gerar, imaginar, e do grego *krainein*, que significa preencher. As diversas definições de criatividade indicam a retenção de ideias, e ainda olhar o processo, a pessoa e o produto. Nos processos criativos passamos pelos movimentos de inspiração, ou *insight*, em que a intuição da ação chega à pessoa, em momento de fusão da memória, intenção, intuição e imaginação.

Para entender melhor o processo, identifica-se que mesmo sendo parte de um processo intrínseco da pessoa, a criatividade se manifesta como processo aleatório. Nenhuma pessoa pode originar novas coisas sem estar envolvida ou exposta a situações culturais estimulantes, e a oportunidades de conhecer e obter materiais diversos para qualquer produção.

Em nossa observação empírica, em um grupo de arteterapia com crianças de um abrigo público, uma garota de dez anos, ao saber que retornaria à sua casa me perguntou, bastante angustiada, como daria continuidade ao processo de criação artística o qual havia aprendido e tanto se beneficiado. No local ao qual retornaria, segundo ela, não havia como prover qualquer material artístico, mesmo os mais simples, lápis e papel, e não seria gasto nenhum valor para obtê-lo, por não se tratar de algo fundamental à família. O trabalho, então, se desenvolveu para o grupo reconhecer os possíveis materiais extraídos do dia a dia, a fim de obter os meios possíveis de encontrá-los e coletá-los, armazenando-os para futura necessidade.

O processo arteterapêutico pretende acessar os conteúdos internos, resultante de ação externa sobre a utilização de diferentes materiais, possibilitando a criação de “dar forma” a sentimentos, sensações, percepções e pensamentos. Percebe-se a ideia, assinala Gonçalves, logo convertida em matéria e assim compartilhada,

Com o próprio sujeito e com o arteterapeuta, o faseamento das questões embutidas no material produzido, a possibilidade de integrar e estruturar esses conteúdos, a assimilação da própria experiência no fazer, a reflexão sobre o que foi feito, a articulação dinâmica entre fazer, sentir e elaborar. (2010, p.32)

Abre-se espaço para considerações sobre as experiências como ato perceptivo, especialmente durante o envelhecer. Dewey analisa a vida como produção do meio ambiente; mas não apenas *nele*, mas por causa dele e pela interação com ele.

Nenhuma criatura vive meramente sob sua pele; seus órgãos subcutâneos são meios de ligação com o que está além de sua estrutura corporal, e ao qual, para viver, ela precisa adaptar-se, através da acomodação e da defesa, mas também da conquista. [...] A carreira e o destino de um ser vivo estão ligados a seus intercâmbios com o meio, não externamente, mas sim de uma maneira mais íntima. (DEWEY, 2010, pp.74; 75)

Determinam nossas experiências as condições essenciais da vida. Nossa vida consiste em fases pelas quais o organismo tende a se adaptar, por vezes lentamente, em outras por empenho. Em uma vida em desenvolvimento, não se retorna nunca ao estado anterior, pois sempre a enriquecemos com experiências e situações diversas. A vida cresce quando não se estagna nas transições em que o organismo tem de se adaptar às condições em que vive.

Dewey afirma que se a vida continua, o movimento se amplia. O que provoca a superação dos estados de conflito e oposição, e os processos pelos quais a vida se sustenta tendem a desequilibrá-la. Cria-se transformação significativa da vida em movimento de expansão e não de contração ou de acomodação passiva. O equilíbrio, segundo o autor, provém não de maneira inerte, mas por causa da tensão. As mudanças então se entrelaçam e se sustentam, em uma ordem feita das relações de interações

ativas. A experiência, na medida em que *é* experiência, consiste na acentuação da vitalidade, esclarece Dewey.

Em vez de significar um encerrar-se em sentimentos e sensações privados, significa uma troca ativa e alerta com o mundo; em seu auge, significa uma interpenetração completa entre o eu e o mundo dos objetos e acontecimentos. Em vez de significar a rendição aos caprichos e à desordem, proporciona nossa única demonstração de uma estabilidade, que não equivale à estagnação, mas é rítmica e evolutiva. (DEWEY, 2010, pp.83, 84)

Significa que a experiência é o resultado da interação entre organismo e meio, e quando esta é totalmente alcançada, há alteração da interação entre os órgãos sensoriais, como meio que participa, e de sua comunicação com o organismo. Para Dewey, se houver qualquer alteração da ordem participativa desses órgãos, prática ou teórica, surgirá o estreitamento da experiência de vida em movimento de efeito e causa.

Até o momento apresentamos a experiência como singular, percurso que nunca cessa, embora tenha sido realizada. Somente então será integrada ao fluxo corrente das demais experiências. Não se deve esquecer que as experiências são compostas de histórias, com emaranhados próprios em tempo e intensidade particulares. Para Dewey (2010), as experiências são episódios particulares aos quais se refere como “experiências reais”, aquelas sobre as quais se afirma, ao serem recordadas: “*isso é que foi experiência*” ou “*aquilo é que foi uma experiência*”.

Momentos que se destacam como memoriais de determinados acontecimentos, criando lembranças fundamentadas pela experiência. Nelas não ocorre a vazão de algo para o que veio antes. As experiências no envelhecer, quando limitadas pelo que interfere na percepção das relações entre o sujeito e o fazer, restringirão a possibilidade de adquirir novas experiências.

Uma experiência tem padrão e estrutura porque não apenas é uma alternância do fazer e do ficar sujeito a algo, mas também porque consiste nas duas coisas relacionadas. Pôr a mão no fogo não é, necessariamente, ter uma experiência. A ação e sua consequência devem estar unidas na percepção. Essa relação é o que confere significado; apreendê-lo é o objetivo de toda compreensão. (DEWEY, 2010, p.122)

Deve-se compreender que tudo o que está sendo formado e transformado pelas experiências perceptivas seria limitador, mas deve ser igualmente reconhecido como orientador e libertador, na medida em que se enxerga o processo como essência do ser. Acontece quando se aceita experiência considerada notável, como a que regulará as percepções para todas as demais experiências.

Embora a percepção seja uma faculdade existente também nos animais irracionais – e tanto mais poderosa quanto mais complexos são seus organismos –, não é errado dizer que ela seja uma das dimensões mais fundamentais da vida humana, pois, desde nossa situação pregressa de lactente até o desenvolvimento completo como adulto, seus progressivos alcance e amplitude são índices da plenitude da existência; sua perda paulatina, ao contrário, indica de modo inequívoco o início do processo de degeneração a que todos nós seres finitos estamos submetidos. (DUARTE, 2006, p.11)

Jung (1981, p.535) considera a percepção como atividade psicológica apreendida por meio de estímulos físicos externo e interno. Não é considerada por ele como função do sentir, mas atividade perceptiva “*sensorial*”, ou seja, percebemos pelos órgãos dos sentidos e do “*sentido do corpo*” (percepção cinestésica, vasomotriz etc.). Prossegue Jung (1981), quando percebemos um objeto exterior e atribuímos a ele uma imagem, o movimento se torna uma representação; mas pode ser considerado em parte elemento do sentimento, quando a ele se atribui caráter afetivo. Olhamos, por exemplo, um cachorrinho na rua e definimos perceptivamente, como certeza, que é animal abandonado, possivelmente sem dono. Mas a representação de um animal abandonado nos levaria a sentir medo ou receio da reação do animal, ou se desejará afagá-lo por sentir que merece carinho ou atenção. Ou ignorá-lo, porque o desprezamos, transpondo a percepção que se iniciou objetiva para um nível afetivo. Torna-se bastante perceptível no processo arteterapêutico quando a pessoa, ao trabalhar com imagens, por exemplo, evocará nela sentimentos que lhe são significativos.

Para melhor compreensão entre sensação e percepção, é essencial entender primeiramente as diferenças. Em relação à sensação, Chauí (2000, p.151) afirma:

O que nos dá as qualidades exteriores e interiores, isto é, as qualidades dos objetos e os efeitos internos dessas qualidades sobre nós. Na sensação vemos, tocamos, sentimos, ouvimos qualidades puras e diretas: cores, odores, sabores, texturas. [...] Isto é, sentimos as qualidades como integrantes de seres mais amplos e complexos do que a sensação isolada de cada qualidade. Por isso, se diz que, na realidade, só temos sensações sob a forma de percepções, isto é, de sínteses de sensações.

Sensação, portanto, é detectar de modo imediato o quente e o frio, enquanto perceber é compreender ou reconhecer a mensagem sensorial de que a água está quente ou o dia frio. O “sentido”, por sua vez, que envolve enorme grade de conteúdos, inclui o sensorial, o sensível e o sentimento. Segundo Dewey (2010), o sentido inclui “quase tudo”, ou seja, o significado das coisas presentes na experiência imediata.

Jung (1981) igualmente distingue entre a percepção sensorial ou concreta, apresentada anteriormente, e outra percepção, denominada abstrata. Enquanto a percepção concreta nunca se apresenta na forma “pura”, sempre acompanhada de representações, sentimentos e afeição, a abstrata, representada de maneira própria, classifica-se como “estética”. Ela se abstrai de todas as influências do objeto percebido isoladamente, sem se deixar levar pelas subjetividades dos sentimentos e dos pensamentos a seu respeito. Como se elevássemos as características sensoriais do objeto, acentuando-as, e assim privilegiando somente formas, cores, conteúdos etc, sem jamais deixar o “elemento diretor” (JUNG, 1981, p.535-536).

A percepção, em Jung, tem sua base profunda na essência do primitivo e da criança, pois seria considerada algo “dado”, espontâneo, predominando sobre pensar e sentir, características próprias da razão.

O que percebemos quando se envelhece?

Deve-se primeiramente passar pelos conceitos do envelhecimento criando a base do processo. Especialmente sendo o envelhecer fator multidimensional, torna-se controversa a definição. O termo “envelhecer” seria um processo progressivo de mudanças da estrutura individual biológica, psicológica e social, embora

biologicamente envelhecer esteja mais associado à senescência¹⁰ e seus significados - menor capacidade de adaptação ao meio, decrepitude e decadência, mais especialmente à falta de investimento psicossocial.

Quando realmente somos velhos?

Simone de Beauvoir (1970) ressalta que velhice não é definível ou que se reduz a um significado olhando-a como domínio único. Ao contrário, assinala que existem distintas e várias velhices, em multiplicidade de aspectos irreduzíveis uns aos outros. A velhice tem características próprias no que diz respeito ao fenômeno biológico, consequências comportamentais específicas no psicológico, além de transformação da relação que a pessoa idosa tem com o mundo e com sua história.

Beauvoir (1970) lembra a complexidade que rege ações e reações entre os indivíduos, em interdependência que afeta a velhice e por ela é afetada. Nos mostra a importância do contexto social como meio revelador das “imagens” que produzimos e a maneira como consideramos a velhice.

Enfim, a sociedade destina ao velho seu lugar e seu papel levando em conta sua idiossincrasia individual: sua impotência, sua experiência; reciprocamente, o indivíduo é condicionado pela atitude prática e ideológica da sociedade em relação a ele. Não basta, portanto, descrever de maneira analítica os diversos aspectos da velhice: cada um deles reage sobre todos os outros e é afetado por eles; é no movimento indefinido desta circularidade que é preciso apreendê-la. (BEAUVOIR, 1970, p.16)

Ao se falar da pluralidade de formas de envelhecer, acentua Bobbio (1997), além das situações que considera extremas, nas quais há o velho satisfeito consigo mesmo e o velho desesperado, existem inúmeros outros modos de viver o envelhecimento: velhice passiva, resignada, as que se escondem em postura jovem, a inflexível etc. A velhice não está separada do resto da vida, mas é continuação dos processos de vida. Isso implica, assinala Bobbio (1997, p.29), continuidade dos comportamentos sociais, nos quais “*se envelhece como se vive*”.

¹⁰ Senescência é o processo natural de envelhecimento ao nível celular ou o conjunto de fenômenos associados a esse processo. <<http://pt.wikipedia.org/wiki/Senesc%C3%Aancia>> Acesso em 10/01/2012

Ao tratar das representações sobre a velhice ao longo da história, estão citados na realidade os níveis das relações entre idosos e os interesses dessa coletividade. Segundo Beauvoir (1970), se dá sentido à existência pelo sistema de valores e pelos princípios que nos definem. O valor da velhice em uma sociedade revela a forma pela qual as pessoas veem e se comportam perante seus velhos.

O comportamento envolve complexa elaboração do pensamento e do conhecimento. Como seres humanos, a percepção é nutrida pelo meio cultural e social do qual se apropria, ao mesmo tempo em que neles nos objetivamos, e nos constituímos como sujeitos perceptivos. Utilizamos as sensações em estímulos mecânicos, sem compreender o todo ampliado. Somos compelidos a usar a mente sem a participação do corpo. No entanto, quando a experiência do corpo se restringe, novas experiências se distanciam. Por outro lado, quando se fala da expansão dos desejos no corpo de um velho, entra-se em desacordo com uma sociedade que quer o velho como exemplo de virtude e conduta. Um velho sublimado a imagens de sabedoria e serenidade.

Assim, passamos a não contar uma história, mas somente parte dela. A ideia de que os velhos não precisam mais experienciar novos momentos por causa da decadência física e mental, de que não tem desejos, e mesmo o contrário, em atitude de protecionismo exagerado, subjugando esse sujeito a uma dependência infantil, retira-lhe qualquer autonomia possível.

Há na sociedade moderna sujeitos que envelhecem se rendendo ao entendimento do outro, colocando-se em posição de pouca serventia ou de exigir energia e cuidados dos entes ou da sociedade.

Conforme Minayo e Coimbra Jr. (2002), a visão depreciativa dos idosos se alimenta da ideologia produtivista que sustentou a sociedade capitalista industrial, na qual predomina a visão de que se a pessoa não é capaz de trabalhar e ter renda própria, não “serve” à comunidade ou ao país. A aposentadoria vincula-se à imagem estigmatizada de velhice, carregada de preconceitos, exercendo forte impacto na autoimagem do idoso. A Organização Mundial da Saúde (OMS) considera idoso o indivíduo com idade igual ou superior a 60 anos.

O Ministério da Saúde elaborou na Série Pactos pela Saúde 2006, texto sobre a “Atenção à saúde da pessoa idosa e envelhecimento”, no qual expressa dificuldades no enfrentamento de preconceitos sobre o envelhecimento, que se mantêm arraigados na maioria das pessoas.

O preconceito contra a velhice e a negação da sociedade quanto a esse fenômeno colaboram para a dificuldade de se pensar políticas específicas para esse grupo. Ainda há os que pensam que se investe na infância e se gasta na velhice. Deve ser um compromisso de todo gestor em saúde compreender que, ainda que os custos de hospitalizações e cuidados prolongados sejam elevados na parcela idosa, também aí está se investindo na velhice. “Quando o envelhecimento é aceito como um êxito, o aproveitamento da competência, experiência e dos recursos humanos dos grupos mais velhos é assumido com naturalidade, como uma vantagem para o crescimento de sociedades humanas maduras e plenamente integradas”, conforme se estipula no artigo 6º do chamado Plano de Madri.

Esse grupo etário aumenta proporcional e aceleradamente, formando o segmento populacional que mais cresce nos últimos tempos, sendo hoje mais de 12% da população idosa.

O que percebemos quando somos velhos e/ou idosos?

Termos como “velho” e “idoso” são utilizados com frequência como classificatórios para a posição social ocupada pelo indivíduo. A expressão “velho” carrega significado afetivo ou pejorativo, dependendo da entonação ou contexto utilizado, confundindo-se com a de idoso. Mas “idoso” define tratamento mais respeitoso, o que se constata, por exemplo, em anúncios com a expressão “lar” destinada a espaços designados a pessoas velhas e menos favorecidas, e “residência” a idosos mais favorecidos. O termo “velho” tem a carga do conjunto de imagens que balizam essa fase e com a qual não se quer se identificar. Termos foram criados para especificar conceitos do envelhecimento atual, como “terceira idade” ou “melhor idade”. Ou os denominados mais idosos, muito idosos ou idosos em velhice avançada, acima de 80 anos, quarta idade.

Para a jornalista Eliane Brum, em artigo na grande imprensa em defesa do termo “velho”:

Idoso fala de uma condição efêmera, velho reivindica memória acumulada. Idoso pode ser apenas “ido”, aquele que já foi. Velho é – e está. Alguém vê um Boris Schnaiderman, uma Fernanda Montenegro e até um Fernando Henrique Cardoso como idosos? Ou um Clint Eastwood? Não. Eles são velhos. [...] Idoso e palavras afins representam a domesticação da velhice pela língua, a domesticação que já se dá no lugar destinado a eles numa sociedade em que, como disse alguém, ‘nasce-se adolescente e morre-se adolescente’, mesmo que com 90 anos. Idosos são incômodos porque usam fraldas ou precisam de ajuda para andar. Velhos incomodam com suas ideias, mesmo que usem fraldas e precisem de ajuda para andar. [...] chamar de idoso aquele que viveu mais é arrancar seus dentes na linguagem: Velho é uma palavra com caninos afiados – idoso é uma palavra banguela. Velho é letra forte. Idoso é fisicamente débil, palavra que diz de um corpo, não de um espírito. (2012)

A jornalista quer expressar as coisas que temos grudadas na alma, e que se leva para o envelhecer e para o velho.

A vida, portanto, inclui a morte. Por que falo da morte aqui nesse texto? Porque a mesma lógica que nos roubou a morte sequestrou a velhice. A velhice nos lembra da proximidade do fim, portanto acharam por bem eliminá-la. Numa sociedade em que a juventude é não uma fase da vida, mas um valor, envelhecer é perder valor. Os eufemismos são a expressão dessa desvalorização na linguagem.

Morin explica a expressão da desvalorização na linguagem. Segundo o autor, se dá de forma complexa, atribuindo ao conhecimento a função de escolher informações que consideramos ou não significativas.

Qualquer conhecimento opera por seleção de dados significativos e rejeição de dados não significativos: separa (distingue ou disjunta) e une (associa, identifica); hierarquiza (o principal, o secundário) e centraliza (em função de um núcleo de noções-chaves); estas operações, que se utilizam da lógica, são de fato comandadas por princípios “supralógicos” de organização do pensamento ou *paradigmas*, princípios ocultos que governam nossa visão das coisas e do mundo sem que tenhamos consciência disso. (MORIN, 2005, p. 10)

Para Morin, vivemos sob o formato de pensamentos disjuntivos, reducionistas e abstratos, pois se separa o sujeito pensante do objeto entendido, criando pensamento simplificado e incapaz de conceber a união do uno e do múltiplo. A compartimentação dos interesses acarreta a separação da vida prática e a compreensão inseparável entre observador e coisa observada.

Ao mergulhar no universo gerontológico,¹¹ nota-se que o conhecimento no processo de envelhecer segue o caminho de separá-lo do movimento natural do ser, analisando-o como fator estático e não fenômeno multifacetado, que engloba processo biológico, situações socioculturais e a história de vida.

Conhecer e pensar, segundo Morin, não é chegar à verdade absoluta, mas dialogar com a incerteza. Deve-se compreender o conhecimento, mesmo apresentado como fato, que gera interpretações, o que significa se desejar a unidade dentro da diversidade e vice-versa.

A “imposição” ao pensamento seria igualmente acompanhada pelos estudos de Halbwachs sobre o desenvolvimento da memória como fenômeno social. As relações, segundo Halbwachs, citado por Bosi (2007, p.54), serão determinadas pela realidade interpessoal, como as relações familiares, classe social, escola, profissão e religião. Ou seja, “os grupos de convívio e os grupos de referência peculiares a esse indivíduo”. Explica Beauvoir, em representação da realidade interpessoal do sujeito velho:

As árvores que o velho planta serão abatidas. Em quase todos os lugares, a célula familiar desintegrou-se. As pequenas empresas são absorvidas pelos monopólios, ou então deslocam-se. O filho não recomeçará o pai, e este último sabe disso. Quando ele desaparecer, a propriedade será abandonada, a loja vendida, o negócio liquidado. As coisas que realizou e que davam sentido à sua vida encontram-se tão ameaçadas quanto ele (1970, p. 468).

Não se quer ser ou parecer idoso, pois ser idoso se associa à sequência de perdas que começam pelo corpo e se espalham pela alma nas diversas formas do isolamento, ou nas novas formas de exposição à atualidade, desde o culto ao corpo ativo a ritmos de

¹¹ Gerontológico - concerne ao estudo dos fenômenos socioculturais, ambientais, psicológicos e espirituais que afetam a velhice.

vida intensa, que cansam até mesmo os mais jovens. Para Platão, a alma é puxada por dois cavalos que correm para lados opostos, mas atrelados à mesma carroça, tratando-se dos campos afetivo e biológico.

O convívio social é ação imprescindível à manutenção e ao pertencimento ao mundo, ao mesmo tempo em que seria limitador formar contornos para as ações que se esperam desse grupo etário. Quando se trata de idosos com poucas oportunidades para aquisição de experiências e aprendizados, a falta de contato positivo desencadearia estados depressivos, sensações de ansiedade, revolta e/ou raiva pela imagem de ser e estar velho.

Atualmente a imagem do velho se desvinculou, a partir dele próprio, da imagem simbólica do velho sábio, bondoso, contador das tradições, a vovó Dona Benta do Sítio do Pica-Pau Amarelo,¹² a avó carinhosa, prestimosa, com quem todos os netos gostam de passar a tarde, para imagens de fragilização, perda de interesse, decrepitude, mau humor, feiura, pessoas “gagás”, inúteis. Homens e mulheres estão diante da imagem projetada pelo olhar do outro, e se tornam o próprio reflexo dos mitos. Frases como “as pessoas idosas não conseguem acompanhar as mudanças do mundo moderno”, ou “cavalo velho não trota mais”, são exemplos encontrados no trabalho com idosos em associações-dia.

Ciornai (1999) trata da exigência de serem criados mitos, nos reapropriando dos arquétipos e suas conotações positivas, pois a maneira como percebemos e nos sentimos percebidos, projetos e sonhos, caminhos e experiências, são valores impregnados de mitos, culturais e/ou vividos.

Baumeister (1987) ressalta que há multiplicidade de estímulos aos modelos identificatórios, forçando o indivíduo a escolher quem é, o que gera processos de ansiedade. O idoso sente o desejo de atualização a partir de imagem jovial, corpo “sarado”, rosto sem rugas, uso de gírias, na moda, além de dominar habilidades tecnológicas. Tudo por uma imagem que não o discrimine ou retire do convívio social.

Jung, ao descrever as etapas da vida, destaca:

¹² Série de livros infantojuvenis, escritos por Monteiro Lobato, a partir da década de 1920. Dona Benta é a personagem da obra caracterizada como a avó de Narizinho e Pedrinho, e dona do Sítio.

Depois de haver esbanjado luz e calor sobre o mundo, o sol recolhe os seus raios para iluminar-se a si mesmo. Em vez de fazer o mesmo, muitos indivíduos idosos preferem ser hipocondríacos, avarentos, dogmáticos e laudatores temporis actis (louvadores do passado) e até mesmo eternos adolescentes, lastimosos sucedâneos da iluminação do si mesmo, consequência inevitável da ilusão de que a segunda metade da vida deve ser regida pelos princípios da primeira. (1984, p. 417)

Há indivíduos, como Jung menciona, que se retraem, inseridos nos grupos de sua geração. Afastando-se das possibilidades de trocas, reafirmam os preconceitos sociais. Ou seja, ao envelhecer, os idosos reduzem a rede social, criando poucas oportunidades de contato, se fragilizam pelas doenças e se afastam das relações adquiridas. Muitos se escondem para não serem “vistos” velhos, feios, incapacitados.

No olhar de Maturana (2001), para entender como as ações humanas acontecem num espaço de ação conhecido estruturalmente como *emoção*, o social é uma dinâmica de relações humanas que se estabelece na aceitação mútua.

Se não há aceitação mútua e se não há aceitação do outro, e se não há espaço de abertura para que o outro exista junto de si, não há fenômeno social. [...] Ainda, digo também que na medida em que as emoções fundam os espaços de ação, elas *constituem* os espaços de ação. Sim, não há nenhuma atividade humana que não esteja fundada, sustentada por uma emoção, nem mesmo os sistemas racionais, porque todo sistema racional, além disso, se constitui como um sistema de coerências operacionais fundado num conjunto de premissas aceitas a priori. E essa aceitação a priori desse conjunto de premissas é o espaço emocional. E quando se muda a emoção, também muda o sistema racional. [...] Essa emoção constitui também o espaço de preocupações com o outro. As preocupações com o outro, o atentar para o outro nunca se estende além do espaço de aceitação que se tem com o outro. Por isso, as preocupações com o outro não vão além do espaço social no qual surgem. [...] Não há preocupação pelo outro se o outro não pertence ao domínio de aceitação no qual se está, o domínio social no qual se está. (MATURANA, 2001, p.45- 48)

Uma grande mudança na vida desse indivíduo, do ponto de vista de sua imagem, ocorre quando há a passagem de cuidador para ser cuidado (GOLDFARB, 2006). O

idoso, em sua condição de fragilidade, e diante das várias perdas que se apresentam nessa etapa de vida social, no seu processo existencial, funcional e afetivo, sente a situação de abandono e não encontra conjuntura de ajuda, acolhimento e proteção.

A experiência de participantes de um grupo de arteterapia na associação-dia, onde se manifestaram sentimentos de tristeza, repúdio pela falta de independência física, de aceitação da situação de depender de outros para “sofrer menos”, retrata a situação descrita por Goldfarb.

Para Jung (1984), experimentam-se no mundo apenas os conteúdos da consciência, que nos invadem sob a forma de percepções sensoriais. Somente por meio do que se vê e se ouve, cheira ou experimenta, temos consciência do mundo. Ao avaliar o que percebemos, leva-se a percepção para o pensamento, e a qualificamos, destinando-lhe uma tonalidade afetiva. Dessa forma, todo o processo é reconhecido com o auxílio da memória.

A percepção, assinala Chauí (2000, p.154), é conhecimento de um sujeito corporal:

Isto é, uma vivência corporal, de modo que a situação de nosso corpo e as condições de nosso corpo são tão importantes quanto a situação e as condições dos objetos percebidos; [...] é sempre uma experiência dotada de significação, isto é, o percebido é dotado de sentido e tem sentido em nossa história de vida, fazendo parte de nosso mundo e de nossas vivências.

Entende-se mais claramente por que a percepção foi tema de correntes e teorias filosóficas do conhecimento ao longo da história. O ato de perceber se apresentava sob a perspectiva das sensações, intuição, sensorialidade, ou numa visão de pesquisa dos diferentes campos do conhecimento, como psicologia, filosofia e semiótica. Consideramos que levaria a conhecimento reflexivo sobre o estudo da percepção no envelhecimento.

Discorreremos brevemente sobre alguns conceitos, levando em conta que a filosofia tratou a percepção dentro de realidades, transcendendo a percebida pelos sentidos. Especialmente com Platão, em que o pensamento intelectual recebia privilégios perante a faculdade perceptiva. Para o filósofo, somente as formas perfeitas eram reconhecidas, separando-as daquilo que experienciamos pelos sentidos. Rejeitava

qualquer forma artística baseada na “reprodução” de objetos reais, o que, para ele, representaria sinal de inferioridade ao que se relaciona à percepção sensível.

Seguido por Aristóteles (385-322 a.C.), a percepção sensível ou sensação (em grego, *aísthesis*) surge como “modo de contato e de conhecimento da realidade por meio dos cinco sentidos [...] sendo esta uma capacidade complexa e intrinsecamente ligada aos órgãos do corpo” (SAES, 2010, p.11).

Para o filósofo, se dá quando se é afetado pelos objetos e há alterações dos órgãos corporais ao recebermos das formas suas qualidades sensíveis. Aristóteles e Platão fixam a essência do homem na alma e no corpo. Para Platão, o corpo passa a ser instrumento pelo qual as sensações chegam à alma, e somente ela os percebe. Para Aristóteles, corpo e alma ligados são qualidade essencial à percepção (AGGIO, 2009). A percepção, para ambos, com algumas distinções,¹³ é movimento da alma intermediado por um corpo.

Duarte (2006) ressalta que após o colapso do mundo grego e o advento do cristianismo, o conceito continuou com a mesma imprecisão que caracterizou o início da civilização.

Desse modo, a ancestral desconfiança em relação à percepção que se cristalizara no medievo adquiriu contornos mais dramáticos nos primórdios da idade moderna, com o surgimento da revolução mecanicista na física. (DUARTE, 2006, p.11-12)

Grande mudança acontece quando Descartes (1596-1650), utilizando o conceito de percepção como ordenação cartesiana/meanicista, torna-o conceito cujo ato é puramente do intelecto. Sentir, segundo Descartes, implica “consciência de sentir”, não bastando que o corpo seja afetado por uma sensação. Tem que haver a consciência do que sentimos para percebê-la (AGGIO, 2009, p.17). O corpo e a mente, apesar de serem, para o filósofo, duas entidades distintas, são capazes de exercer influências mútuas e interagir no organismo humano.

¹³ Para Platão, conhecer significa tornar aquele que pensa algo semelhante ao pensado. Em Aristóteles, o conhecimento como ato é idêntico ao objeto.

No século XVIII, a visão intelectualista da razão como única fonte do conhecimento humano é bastante criticada, e nova percepção dos sentidos surge com o empirismo de Locke, Berkeley e Hume. Agora a mente é fonte dos sentidos. Chauí (2000, p.152) reflete:

Para os empiristas, as ideias são provenientes das percepções. Para os intelectualistas, a sensação e a percepção são sempre confusas e devem ser abandonadas quando o pensamento formula as ideias puras.

Mais recentemente, Merleau Ponty (1908-1961) contribui com novo conceito da percepção:

Perceber não é sentir uma multidão de impressões que conduziriam com elas lembranças capazes de completá-las, é ver surgir de uma constelação de dados um sentido imanente sem o qual nenhuma chamada às lembranças seria possível. Lembrar-se não é trazer sob o olhar da consciência um quadro do passado subsistente em si, é entranhar-se no horizonte do passado e desenvolver pouco a pouco as suas perspectivas encaixadas até que as experiências que ele resume sejam como vividas de novo em seu lugar temporal. Perceber não é se lembrar. (MERLEAU PONTY, 1971, p. 40)

O autor se baseia nas mudanças estudadas pela fenomenologia de Husserl e pela Psicologia da Forma ou teoria da Gestalt.¹⁴ A Gestalt é uma Escola da Psicologia Experimental que surge nos fins do século XIX. Tem como ênfase o todo e não a separação das partes, e atua no campo da teoria da forma. Segundo essa teoria, em conceito novo sobre o fenômeno da percepção,

O que acontece no cérebro não é idêntico ao que acontece na retina. A excitação cerebral não se dá em pontos isolados, mas por extensão. Não existe, na percepção da forma, um processo posterior de associação das várias sensações. A primeira sensação já é a forma, já é global e unificada. (GOMES Fº., 2004, p.19)

¹⁴ Gestalt é palavra alemã que significa configuração, figura, modo de organização das partes individuais que entram na composição (D'ACRI, LIMA, ORGLER, 2007).

Ou seja, a percepção do todo não é o resultado de um processo simples da adição das partes que o compõem. Vemos relações das partes, na dependência das outras partes. Acontece porque, segundo a hipótese da Gestalt, o sistema nervoso atua de forma autorreguladora, buscando autogerir-se. Desse modo, organiza “as formas em todos coerentes e unificados” (GOMES Fº., 2004, p.19).



Fig. 3.¹⁵

Na visão da artista e pintora Fayga Ostrower (1998, p.73), a percepção é

Um processo ativo e participativo [...] alcançando áreas recônditas de nosso inconsciente, articulando e trazendo-as ao consciente, a percepção mobiliza todo nosso ser sensível, associativo, inteligente, imaginativo e criativo. Perceber é sinônimo de *compreender*.

Entendemos até este momento que perceber é manifestação do compreender consciente. Vem “à tona”, ao denominar o objeto, todo o aprendizado de vida.

Neste trabalho consideramos que em todos os processos perceptivos que vivenciamos utilizamos as diversas imagens de situações do passado. O passado é visto como proposição de esclarecimento do observador para explicar no presente sua

¹⁵ Percepção da forma em Gestalt. Percebemos nesta pintura a figura da esquerda ora como silhueta em um fundo branco, ora como figura branca sobreposta a um fundo escuro. (GOMES Fº, 2000, p. 41)

consciência de existir. Valendo-se das palavras de Bergson, citado por Bosi (2003, p. 36), “na realidade, não há percepção que não esteja impregnada de lembranças”.

Portanto, as percepções são imagens nas quais enxergamos o que consideramos “reais” e retiramos dessa sensação o que nos interessa para algum propósito, pois levamos em consideração os aspectos vivenciados no passado (lembranças) e as associamos no presente. Por isso, a importância do papel da memória na reconstrução das histórias afetivas, o que se destaca nesta pesquisa pela busca do autoconhecimento nas fases de vida. A memória registra os tempos vividos em termos afetivos de duração, que estão de acordo com Bergson, citado por Bosi (2003, p.37), na “cola das percepções atuais”, como a sombra junto ao corpo, “o lado subjetivo de nosso conhecimento das coisas”.

Segundo Arcuri (2006, p.66), a percepção se dá pelo corpo, nossa memória mais antiga. Estão conosco as lembranças das experiências de vida “escritas no corpo”. Jung (1985, p.36) assinala que a mente inconsciente como depósito de relíquias do passado somente é vivenciada no corpo. Sentimentos de medo, expressos pela sensação intensa do “frio na barriga”, ou pelo ato espontâneo de colocar a mão na direção do diafragma ou do estômago. Vivências inconscientemente relacionadas ao domínio das experiências de vida, sem nos lembrarmos delas, mas percebidas por meio do objeto, com significado profundo ao sujeito.

A expressão “memória corporal”, utilizada pela autora (2004, p.40), baseia-se em Jung e orienta a presença da materialidade física da psique e dos conteúdos psicológicos da percepção corporal, na mediação entre consciente e inconsciente. Segundo Jung (1984), somos seres representados externamente como um corpo físico, mas internamente como expressões das inúmeras atividades do que nos acontece. Ele assinala que o inconsciente somente seria conhecido no corpo, e que é manifestação externa do Self.¹⁶ No desenvolvimento deste trabalho há exemplos que constata o corpo no envelhecimento, as percepções corporais do idoso e como a arteterapia auxiliaria a mediação.

Para entender os conceitos da psique, apresentamos com Jung (1981) os conteúdos de consciência e inconsciência. Na consciência há conteúdos psíquicos que

¹⁶ Self se apresenta como o princípio ordenador da personalidade inteira.

possuem como núcleo o “Eu”. Um complexo de representações que formam e constituem o centro do campo consciente e da identidade de si mesmo. As referências que não sejam percebidas pelo “Eu”, ou simplesmente aquilo que não conhecemos, são chamadas de inconscientes e derivam da vida do indivíduo, isto é, durante toda a sua formação. No entanto, os conteúdos de experiências de vida que estão no inconsciente adquiririam energia psíquica suficiente para irromper na consciência, pelas lembranças, sonhos e fantasias.

Jung (1985, p.5) afirma:

A área do inconsciente é imensa e sempre contínua, enquanto a área da consciência é um campo restrito de visão momentânea. A consciência é, sobretudo, o produto da percepção e orientação no mundo externo que, provavelmente, se localiza no cérebro e sua origem seria ectodérmica. No tempo de nossos ancestrais, essa mesma consciência derivaria de um relacionamento sensorial da pele¹⁷ com o mundo exterior.

A arte surge como meio que facilita a expressão da ligação mente e corpo, além de ativar as partes não verbais e emocionais do córtex cerebral. Ao criar, usam-se partes do cérebro interessadas em formas, cores e texturas, e processos de pensamentos muito diferentes do pensamento lógico e linear que ocupa a maior parte das horas de vigília. A arteterapia diferencia-se de outras formas de intervenções, pois inclui objetivo relacional e expressivo. O arteterapeuta estimula os clientes à autoexpressão e promove o senso de conectividade do que lhe é interno e externo pelo relacionamento terapêutico. Isso se apresenta como vantagem quando vivencia no mundo externo o que experimentou na sessão.

A arteterapia utiliza os mais diversos materiais. O profissional que se envolve nessa área deve ter conhecimento das técnicas artísticas de forma ampliada para eventualmente privilegiar algum percurso ou descoberta durante o processo.

¹⁷ A pele é a fronteira que nos conecta ao mundo exterior. Por meio dela o externo se manifesta e é percebido pelo corpo, caminha para nosso mundo interno como memória.

Deve-se ter em mente que não existem regras fixas de como iniciar um trabalho de arte com terapia. O ato criador acontece em cada gesto, cada palavra, em cada momento. Determinarão a escolha do material mais adequado ao momento vivenciado não somente o conteúdo simbólico ou seu aprendizado, mas o modo como os materiais em si promoveriam um vasto leque de expressões.

No processo arteterapêutico deve existir um movimento dialógico de incentivo a conhecer os mais diversos materiais, para haver conhecimento pelo aprendizado, ajudando o indivíduo a desenvolver linguagem criativa e maior interação desinibidora de todo o processo.

Existem diferentes considerações que devem ser expostas para melhor entendimento sobre as técnicas expressivas e como utilizá-las como estrutura do trabalho arteterapêutico. Ambiente que favoreça a criatividade é importante ao desenvolvimento do trabalho arteterapêutico, como a regularização de um local próprio para o *setting*.¹⁸ Afirma-se, então, que a arteterapia aplicada ao processo de envelhecimento auxilia a obtenção de maior qualidade sobre a saúde geral dos idosos. A técnica, expõe Coutinho (2008), auxilia a diminuir preconceitos, como o de que os idosos são pouco criativos.

O trabalho arteterapêutico inicia-se com a intenção terapêutica de incentivar as pessoas a elaborar conteúdos internos prazerosamente, impulsionando o contato com conteúdos criativos, isto é, impulsionar a criatividade. Para May (1975), a criatividade é a manifestação básica de uma pessoa que realiza seu eu no mundo. O processo criativo, portanto, é essencial à resolução de problemas, abrindo possibilidades de criar e fazer algo novo. Vale considerar que as habilidades de criação são quaisquer experiências que estimulem e enriqueçam a vida. Não está, portanto, ligada somente aos processos artísticos, mas a se deixar levar pelo ato de experimentar. O indivíduo terá maior benefício nos aspectos mais importantes de sua vida.

A arteterapia, como processo de autoconhecimento, vivifica os conteúdos conscientes e inconscientes pela concretização e ressignificação nos trabalhos. A mente inconsciente é repleta de formas de vida que aparecem invisivelmente aos nossos olhos,

¹⁸ *Setting* em arteterapia abrange o espaço físico, organização de sala, dia e horário, ambiente de cumplicidade, ampliação das possibilidades, empenho, compreender conteúdos inconscientes e de ressignificação.

mas estão sempre presentes na superfície do querer. No trabalho criativo capturamos uma ou mais formas e as mantemos vivas pelas representações artísticas de maneira que a nós se exponham. Os pensamentos inconscientes estão sempre em movimento de crescimento e mudança, representando-se com frequência pelas figuras, e em outras tomando a forma de fundo.

Deve-se perceber que um trabalho multidisciplinar por meio da arte terá função reintegradora do ser, ajudando o público idoso a reiniciar seu desenvolvimento, por vezes paralisado em algum movimento, aplicando dessa forma sobre os recursos internos disponíveis os recursos externos existentes ao redor.

CAPÍTULO 2

O CAMINHO:

PERMITA QUE O VENTO O CONDUZA A SEU DESTINO



Fig. 4.¹⁹

Utilizou-se neste trabalho a abordagem qualitativa de pesquisa, sustentada na observação participativa, empregando os dados coletados nas atividades de grupo em 2010, com base na experiência empírica, na qual o pesquisador e os participantes da situação permaneceram envolvidos de modo colaborativo. A característica da abordagem qualitativa deste trabalho ocupa-se especialmente com o processo, definido por Turato (2003) como,

Ato de proceder do objeto, quais são seus estados e mudanças e, sobretudo, qual é a maneira em que o objeto opera. Enfim, quer conhecer como é sua dinâmica interna, como cursa e como transforma, levando o pesquisador qualitativista a penetrar na estrutura íntima e latente do objeto de estudo. (pp. 262-263)

¹⁹ Árvore gomífera, “*Eucalyptus deglupta*”, Honolulu, Havá, fotografada pelo doutor Oscar Forel (sem data), retirada do livro “Visões Secretas”, Duncan, D.D., 1979, pg.59.

Para isso, houve a participação da pesquisadora no cotidiano do grupo pesquisado. A observação participante diz respeito ao engajamento na cena social, experienciando-a, procurando compreendê-la. O pesquisador é o meio pelo qual isso acontece; utilizam-se escuta atenta e observação vivenciada. A produção dos dados na metodologia fundamenta-se especialmente nas capacidades de observação e seleção do pesquisador, portanto, implicitamente dependente de suas habilidades.

A experiência foi desenvolvida no período de 2010, em uma associação-dia, a Associação de Serviços Comunitários a Idosos Ana Pedroso de Toledo (ASCI), Oscip²⁰ na região de Cotia, em São Paulo, que trabalha com idosos com pouca ou nenhuma dependência. Sua missão é apoiar e fomentar atividades sociais, culturais, assistenciais e comunitárias, mediante prestação de serviços de assistência social a pessoas idosas, com idade igual ou superior a 60 anos, carentes e que necessitam de atendimento alimentar, cultural e de lazer. A ASCI possui serviços de assistência social às pessoas idosas, havendo serviço de fisioterapia e médico. As demais atividades desenvolvidas na época, como alfabetização, música, religião, aquarela, eutonia, eram voluntárias e exercidas por curtos períodos de tempo. Como afazer fixo, desenvolviam trabalhos manuais diversos, atividades religiosas e eventos nas comemorações festivas. Os idosos permanecem no espaço das 7h30 às 16h, de segunda a sexta, e recebem três refeições diárias, além de transporte.

As associações-dia ou centros-dia são alternativa de espaços comunitários de apoio, estimulação e supervisão adequada para aumentar a qualidade de vida de pessoas idosas que, sem estar em situação de dependência, utilizam esses locais com o objetivo de não ingressar nessa situação. Portanto, espaço que busca resposta social, na prestação de um conjunto de serviços ou contribuindo para a manutenção dos idosos em seu meio sociofamiliar, e conseqüentemente na sua melhor vida.

A coleta de dados aconteceu durante as próprias sessões de arteterapia, duas vezes na semana, no período de fevereiro a dezembro de 2010, com grupos de sexos diferentes, por meio de diário de campo e coleta do material expressivo, com finalidade

²⁰ OSCIP - Organização da Sociedade Civil de Interesse Público é entidade privada, atuando em áreas típicas do setor público. Qualificada pela Lei 9.790 de 23/03/99, conhecida como Lei do Terceiro Setor. <<http://www.sebraemg.com.br/culturadacooperacao/oscip/02.htm>> acesso em 30 de julho de 2012.

arteterapêutica. Participaram da pesquisa sete mulheres, entre 70 e 91 anos, e cinco homens, entre 70 e 81 anos, em um total de 12 pessoas idosas. A ASCI autorizou a pesquisa no período estabelecido e a utilização dos dados para servir como base deste trabalho.

O estudo buscou apresentar os procedimentos para a criação de grupo ou grupos de idosos por meio de *setting* arteterapêutico; utilização de materiais e técnicas apropriadas a cada etapa, percebendo no processo a contribuição desse tipo de prática em associações comunitárias-dia para idosos.

Setting, em arteterapia, abrange espaço físico, organização de sala, dia e horário, o ambiente de cumplicidade, ampliação das possibilidades, empenho, compreender conteúdos inconscientes e ressignificação. Para Philippinni (1999), um espaço produtivo precisa oferecer condições operacionais essenciais, como luz natural, facilitando o contato com as cores, sem distorções, não sobrecarregando a visão; chão e mobiliário funcionais, podendo ser limpos com facilidade, espaço para armazenar os materiais e deixar os trabalhos em desenvolvimento. É importante haver atmosfera descontraída que ofereça segurança e receptividade em um espaço onde se sinta o consentimento para algum tipo de “bagunça”.

Que o “setting” de arteterapia possa funcionar, então, como um território sagrado da criação, um espaço acolhedor e flexível no qual, em meio às asperezas do cotidiano, abrem-se trilhas de entrada num espaço mítico de autodescoberta, lugar de gestar-se em sonhos e projetos. Um *temenos*²¹ onde é possível criar e recriar o tempo, tal qual seria *kairós*.²² Resgatando e construindo fontes de proteção e nutrição psíquica. E, então, neste tempo e espaço singulares, criações, criadores e criaturas vão poder dançar a dança de Shiva, celebrando o TODO CRIATIVO que assim poderá viver e se multiplicar em arteterapeutas e clientes. (PHILIPPINI, 1999, p.45)

Destacamos que, diferentemente de “agrupamento” em que as pessoas compartilham o mesmo espaço por ajuntamento, os “grupos” deste estudo se formaram em torno de tarefa e de objetivos comuns ao interesse dos participantes. A criação dos

²¹ Temenos – vaso sagrado.

²² Kairós – divindade grega do Tempo Cíclico.

grupos se deu a partir da necessidade da associação-dia de elaborar atividades terapêuticas aos idosos cuja participação nas tarefas oferecidas pelo espaço era pouco expressiva, ou aos que apresentavam problema psicológico. Inicialmente eram 17 idosos, oito homens e nove mulheres.

O grupo não poderia exceder um número de participantes que colocasse em risco o cuidado com a comunicação das ideias, da boa abrangência visual e auditiva, e que todos tivessem tempo para participar das discussões. Segundo Libmann (2000, p. 27), a maioria dos grupos de arteterapia tem de “seis a doze participantes, embora grupos maiores sejam viáveis”. Por experiência, preferimos trabalhar com grupos de no máximo seis participantes.

No início dos trabalhos uma senhora do grupo teve AVC e ficou hospitalizada por um mês. Na semana seguinte à sua internação, perdeu seu marido, a quem era bastante dedicada e que participava do grupo masculino. A senhora C. nunca retornou ao grupo, mas este a ajudou, em visitas programadas no período em que houve o desenvolvimento do trabalho arteterapêutico. Um mês após o início dos trabalhos, outra senhora, igualmente por problemas de saúde, não retornou ao grupo. No grupo masculino, um senhor deixou de frequentar a Associação, pois foi morar com familiares em outra cidade e abandonou o grupo depois de participar por dois meses. Foram, portanto, 12 os participantes que permaneceram até o final da pesquisa: sete mulheres e cinco homens.

O critério para a inclusão ou exclusão dos participantes²³ deste estudo partiu da própria Associação-dia. Foram apresentados os nomes dos possíveis participantes a partir das dificuldades da Associação em lidar com situações de idosos em estado de isolamento, problemas psicológicos ou comportamento irregular. As mulheres foram indicadas pela Associação pelas dificuldades nos aspectos psicológicos ou afetivos, como depressão, isolamento, baixa estima ou comportamento irregular (participação irregular, “encrenqueiras”).

Do grupo feminino participaram:

C., 76 anos, casada, dona de casa, dois filhos, dois netos, marido bastante dependente,

²³ Para manter o anonimato dos participantes, denominaremos nossos sujeitos com siglas que não correspondem às iniciais de seus nomes.

resignada, voz baixa, reprimida, depressiva. Para a Associação, “coitadinha”, pois dedicada ao marido.

S., 75 anos, casada, dona de casa, sem filhos vivos, teve três filhos que morreram quando bebês, religiosa, falante, ativa, vaidosa, cuidadora, bastante conformada com a vida e com problemas de saúde, dizia não conseguir dormir à noite. Segundo a Associação, “muito questionadora”.

T. P., 82, casada, quatro filhos, cinco netos, extrovertida, participativa, com restrições físicas, dificuldades de elaborar pensamento e fala, tomava forte medicação, teve forte depressão, briguenta, filho mais novo havia voltado a morar com ela. Para a Associação, “fofoqueira”.

T., 70 anos, separada, dona de casa, isolada do grupo, toma medicação para problemas no coração, dois filhos, sem netos, vivendo sozinha, submetida a uma operação cardíaca, quis mostrar a cicatriz no peito. Para a Associação, “inexpressiva e depressiva”.

M., 82 anos, dona de casa, viúva, quatro filhos, seis netos, quatro bisnetos, dois tataranetos, humilde, participativa, religiosa, resignada, vivendo com um neto. Para a Associação, “amiga de todas”.

D., 81, dona de casa, viúva, dois filhos, quatro netos, perspicaz, atenta, ativa, cuidadora, religiosa, vivendo com uma filha e netas. Para a Associação, “estava deprimida”.

B., 91, dona de casa, dois filhos, inteligente, produtiva, vive com uma filha, deprimida, com problemas de saúde, foi eleita “Miss Terceira Idade” da região. Os problemas de saúde fizeram a Associação indicá-la.

Em sua maioria, nos homens havia dificuldades em criar vínculos com o local e bastante inatividade durante o período que passavam no espaço. Vários acompanhavam a esposa e, pela falta de opção de atividade específica aos sexos, participavam das mesmas atividades que as mulheres, como costurar ou bordar. A maioria das associações e espaços dos chamados “grupos de terceira idade” que visitamos ou nos

quais realizamos atendimentos não oferecia atividades direcionadas aos participantes masculinos, generalizando as necessidades que diferenciam os sexos.

Grupo masculino:

G., 81 anos, viúvo, aposentado de serviços gerais, dois filhos, oito netos, três bisnetos, resignado, calado, muito pouco participativo, morando nos fundos da casa de um filho.

F., 70 anos, viúvo, natural da Bolívia, aposentado do comércio, dois filhos, sete netos, solitário, triste, morando sozinho.

J.H., 75 anos, casado, aposentado do comércio, três filhos, sete netos, um bisneto, acompanhava a mulher em todas as atividades; fechado, emotivo, a esposa bastante ativa dentro e fora da Associação, mas não participou do grupo feminino.

C., 81 anos, casado com T.P., natural de Portugal, engenheiro aposentado, quatro filhos, cinco netos, culto, atualizado, acompanhava diariamente a esposa na Associação, mas não participa de nenhuma atividade; gostava de ler sozinho.

J.C., 78, casado com S., aposentado do comércio, acompanhava a esposa, pouco expressivo, religioso, problemas de saúde, somente desenvolvia atividades junto com a esposa.

Homens e mulheres envelhecem com percepções diferentes do mundo. É preciso, portanto, entender essa questão, que diferenciou a atuação nos grupos. Distintos programas de assistência social criam ações heterogêneas, afirmando como regra geral a imagem segundo a qual idosos aparecem de modo semelhante. Segundo Rubinstein, citado por Sousa (2006), não criamos diferenças entre homens e mulheres na velhice e no envelhecimento, mesmo sabedores das diferenças culturais associadas aos sexos. Segundo Kunda (1999), a idade e o gênero são características nas quais as pessoas categorizam as demais. Além disso, os processos do envelhecimento diferenciam-se quanto ao sexo.

Surgiram, já nos primeiros contatos com os “convocados”, dificuldades na formação de um grupo único, pelo número elevado de participantes. Houve pedido das

mulheres para a formação de grupos distintos, feminino e masculino, ou seja, sem a participação do marido. A finalidade da formação dos grupos deu-se com base nos recursos do processo arteterapêutico, compostos de características comuns em certo grau: idosos que participam diariamente das atividades de uma associação comunitária-dia, buscando saídas para a rotina, como espaço de acolhimento, partilhando o dia a dia e se identificando com os iguais. Escolhemos, portanto, trabalhar com dois grupos distintos, em que os homens pediram espaço para desempenhar atividades, enquanto as mulheres solicitaram ajuda. Um espaço para conversas e trocas.

O trabalho se formatou com atividades dirigidas e temas específicos das fases da vida, com o objetivo comum de gerar *insights* sobre os caminhos percorridos dos participantes. A intenção foi ressignificar a vida, havendo possibilidades para novos sentidos pela percepção dos processos experimentados, gerando movimentos criativos e aprendizados que serviram como fonte de fortalecimento ao estabelecimento de redes vinculares e de apoio, entre eles e com a Associação-dia.

Embora houvesse compartilhamento de experiências comuns, os temas não retiraram as escolhas e interpretações individuais. Sentimos nos primeiros contatos com os participantes boa vontade em participar, mas por não possuírem conhecimento sobre arteterapia, entendemos que estruturar um tema poderia auxiliá-los a compreender as dinâmicas e se familiarizarem com a abordagem. Mesmo um tema comum a todos pode ser interpretado em diversos níveis e ser utilizado com flexibilidade pelos indivíduos.

Desse material, três momentos foram destacados dos aspectos que apoiam este trabalho, presentes nas fases da infância e juventude, juventude e passagem para vida adulta, meia-idade para a velhice. Para isso, foram mostrados na formação dos grupos acordos para o *setting*; finalidades para criação e sua composição; referenciais teóricos e metodologia da técnica empregada.

As análises dos dados se deram a partir do referencial teórico do modelo conceitual conhecido como Continuum das Terapias Expressivas, ou Expressive Therapies Continuum (ETC), desenvolvido em 1978 pelas psicólogas e arteterapeutas S. L. Kagin e V. B. Lusebrink a partir dos trabalhos de Piaget²⁴ e Inhelder.²⁵ No ETC há

²⁴ Piaget, J.W.F., epistemólogo e psicólogo, fundador da teoria do conhecimento com base no estudo da gênese psicológica do pensamento humano.

quatro modalidades de interação com o material; teoricamente, representariam os diferentes estágios do desenvolvimento humano.

A avaliação para utilização do ETC ocorre nas possibilidades que a estrutura fornece em prover sugestões de como iniciar e direcionar um processo terapêutico e da escolha das mídias artísticas. O ETC, segundo Hinz (2010), não faz propostas que devem ser seguidas como “livro de receitas”, assinalando que cada pessoa deve ser introduzida como individual e dentro de seu sistema que lhe é próprio. O ETC provê maneira organizada e eficiente de acessar as habilidades e aptidões, desenvolvendo metas para um planejamento individualizado. É considerada teoria que fundamenta o poder da expressão artística nos atendimentos terapêuticos, e serve como apoio à categoria profissional da arteterapia, fornecendo plataforma sólida e língua comum a todos os arteterapeutas, mesmo com diferente formação teórica.

Esse modelo expressivo sintetiza e sumariza os movimentos essenciais que envolvem a expressão criativa, o processamento de informações e a integração criativa. Centra-se em utilizar as ferramentas básicas, mas específicas ao trabalho arteterapêutico, nas mais diversas aplicações. Criado há mais de 30 anos por Kagin e Lusebrink (1978a, 1978b), primeiramente publicado na *Ninth Annual Conference of the American Art Therapy* em 1978, mais tarde aprofundado por Lusebrink (1990, 1991b, 2004).

O ETC fornece estrutura para compreender as dimensões as quais alcançamos nas diversas experiências expressivas proporcionadas pela força restauradora dos processos criativos. Nesse processo, não se destaca nenhuma abordagem específica da arteterapia ou da psicoterapia, embora o modelo tenha sido conceituado para refletir as partes inatas do processo arteterapêutico. Isto é, baseado nos princípios do desenvolvimento das imagens mentais, no processo das informações e no poder da criatividade.

Partindo desse ponto, a arteterapia utiliza referenciais do seu processo metodológico como base para elaboração da manifestação criativa, procurando formas positivas de resoluções, estimulando experiências produtivas, desbloqueando

²⁵ Inhelder, B. desenvolve com Piaget as noções fundamentais do desenvolvimento infantil e do construtivismo.

pensamentos rígidos, dificuldades de perceber problemas sob novos enfoques e dificuldades de julgamento e crítica. Wechler (1993) indica a importância de se estimular a criatividade em indivíduos idosos, enfatizando que a velhice ativa criativamente não aparece como momento de esperar a morte, mas instigar o indivíduo a concretizar sua vontade criativa e sentir que está sendo relevante para a humanidade.

Em sua pesquisa, Godoy (1996) conclui: à medida que se proporcionar o desenvolvimento da criatividade, o indivíduo idoso se beneficia nos aspectos importantes de sua vida. Assinala a importância da criação de ações preventivas para problemas psicossociais e o enriquecimento das habilidades cognitivas e motivacionais dessa faixa etária. Para isso, sugere nossa responsabilidade na criação de programas que contribuam para a satisfação de vida do idoso, objetivando o desenvolvimento criativo e a qualidade de vida. A arteterapia se entrelaça aos propósitos da Política Nacional de Saúde do Idoso (1999) em sua atuação dentro de associações e centros-dia para idosos, tendo como base a promoção para um envelhecimento saudável.

O trabalho arteterapêutico exigiu um *setting* que pretendeu funcionar como espaço de regularidade e segurança. Foram, neste estudo, colocados à disposição pela Associação-dia, espaços que constavam de uma sala com mesas e cadeiras. Durante o período de atendimento, houve ajustes a novos compromissos da Associação, que realocou várias vezes o espaço de trabalho arteterapêutico, desorganizando o desenvolvimento do trabalho. O idoso, dentro de certas particularidades, ao se deparar, mesmo que de forma inconsciente, com a falta de segurança, sente que perderia algo mais, o que acontece pela própria alteração inerente ao processo de envelhecimento. Devemos, no entanto, levar em consideração que alguns fatores internos da instituição aconteceriam no decorrer do processo, afetando o grupo e/ou o trabalho, como limitação pelo horário das refeições e transporte, mudança de espaço físico da sala de atendimento, espaços limitadores ou sujeitos a interrupção, apoio às necessidades do grupo em materiais, passeios e novas ideias. A primeira experiência que tivemos com os grupos fora do espaço da Associação-dia foi um passeio a uma exposição na OCA,²⁶ do Parque Ibirapuera. Os idosos se mostraram gratos pela experiência, pois para alguns foi a primeira vez que visitaram um museu e uma exposição cultural. A gratidão foi expressa especialmente pela vivência e interação com o mundo externo.

²⁶ O edifício da Oca é um pavilhão utilizado para receber grandes exposições, e fica no Parque do Ibirapuera, em São Paulo, SP.

Dia inesquecível, fiquei deslumbrada com tanta beleza. Naquela “isposição” muito linda de verdade só lembrei das coisas boa da vida, esqueci tudo de ruim, foi um momento lindo. Sra D.

Como é maravilhoso. Tudo que vi é maravilhoso, nunca “tivi esta portunidade”. Deus proteja você. Sra M.

O passeio foi uma descoberta na minha vida. A gente parece criança. A gente nem lembra que tem 75 anos, pois tudo é alegria. Sra S.

Perto do horário de retorno à Associação, vários demonstraram estresse e medo pela possibilidade de perder o horário do lanche, ou mesmo passar o horário da condução para casa. Demorou alguns meses para aceitarem novo passeio a locais distantes da região.

Para estabilizar o espaço terapêutico, foi de extrema importância o estabelecimento dos termos de sigilo e de confiança entre os participantes e o profissional arteterapeuta, para nenhuma informação ser colocada fora do espaço das sessões. Um “contrato” entre os participantes e o terapeuta foi designado de maneira clara e objetiva, estipulando duração do projeto, horários e dias das sessões, pontualidade, sigilo, comprometimento e papel de cada um no processo. Houve, com o passar de algumas sessões, ajustes de regras e normas e cumprimento dos acordos feitos.

Os horários das sessões foram determinados pela Associação, de acordo com seus compromissos habituais e disponibilidade do espaço. Foram estabelecidos neste trabalho encontros com duração média de duas horas, sempre às quartas-feiras para o grupo feminino, e às sextas-feiras para o grupo masculino, ambos no período da manhã. Alguns eventos externos ocorreram fora dos dias estipulados, de acordo com a disponibilidade da organização da Associação.

Definidos grupos, funcionamento do trabalho, frequência dos atendimentos por grupo, dia e horário, espaço fixo, acertou-se que os materiais seriam fornecidos pela Associação.

Destacamos, dentre as técnicas expressivas neste trabalho, pintura, colagem, desenho, modelagem, monotipia e contos. Os materiais foram escolhidos a partir da disponibilidade oferecida pela Associação, adequando-os ao objetivo da pesquisa e da necessidade de os sujeitos se apropriarem de certa segurança por meio dos materiais conhecidos, mas que possuísem potencial de desenvolvimento criativo.

A questão ligada aos materiais disponibilizados no *setting* arteterapêutico foi essencial para a atividade, pois eles permitiram que os participantes se exercitassem e construíssem a expressão desejada. O *setting* arteterapêutico deve contar com múltiplos apetrechos, assinala Philippini (1999), utilizando-os como meio facilitador das diversas materialidades, criando caminhos individuais de acesso ao inconsciente.

Dos materiais selecionados na Associação-dia, destacamos: papéis Canson A4, sulfite branco A4, papéis coloridos, lápis de cor e crayon, cola branca e cola em bastão, linhas, fios e lãs diversas, fitas, tecidos, botões, lantejoulas, tinta guache, giz, pincéis e revistas. Outros materiais foram adquiridos pela Associação, como tinta aquarela; bloco de concreto celular;²⁷ pedaços de madeira; kit de entalhe para madeira; argila; massa de biscuit; sucatas diversas para apoiar especialmente as exigências do grupo masculino de desenvolver atividades que os diferenciassem como sexo. As técnicas foram adaptadas aos materiais disponíveis.

Stephen Nachmanovitch (1993, p.75) afirma que para criar é preciso ter técnica, mas ao mesmo tempo libertar-se da técnica: *Para isso, precisamos praticar até que a técnica se torne inconsciente [...] Parte da alquimia gerada pela prática é uma espécie de livre trânsito entre consciente e inconsciente.*

Segue breve descrição das técnicas utilizadas, iniciando pela pintura, na qual o fazer entraria em contato com o prazer infantil, que, segundo Nachmanovitch (1993, p.54), é inerente. No contato há um sentimento que reconhecemos instintivamente.

Pintura: o prazer de pintar está em experimentar tintas, pincéis, cores, linhas, formas, movimentos, emoções. Materiais utilizados: tinta guache; aquarela; pincéis de

²⁷ Concreto celular é um tipo de concreto produzido a partir da mistura de cimento, cal e areia com pó de alumínio e água que, pela cura, se expande, formando poros. Utilizado neste trabalho para criar esculturas. < <http://www.catep.com.br/dicas/CONCRETO%20CELULAR.htm>>

tamanhos diversos; esponjas e rolos de pintura de tamanho diversos.

Desenho: a experiência de desenhar possibilita à pessoa que desenha ver coisas nunca vistas. Passa-se a perceber como as formas dos objetos se apresentam à relação espacial entre esses objetos, a luz e a sombra em seus diferentes valores, a mudança de tonalidade das cores de acordo com a luz do ambiente, os sentimentos que os objetos suscitam. Materiais utilizados: papéis brancos; papéis diversos; lápis de cor e crayons.

Modelagem: técnica com aspectos de interação com o corpo e sensações transmitidas pelo material, ativando a percepção tátil, em uma construção de representações de elementos tridimensionais não significativos, mas significantes. Materiais utilizados: massa plástica ou massa artesanal de farinha de trigo e sal; argila; massa biscuit; argila e concreto celular.

Colagem: com a colagem vive-se o prazer da ação de desenhar com a tesoura ou com as mãos, cuja significação situa-se ao nível dos encontros, em processo de análise e de síntese; semelhante a uma transformação. Materiais utilizados: gravuras retiradas de revistas ou panfletos; material xerocado, como fotos antigas; papéis coloridos de texturas e gramatura diversas; tesoura; cola branca; retalhos de tecidos; fios diversos e materiais orgânicos, como sementes, flores secas e gravetos.

Monotipia (gravura e xilogravura): a definição do monotipo é o procedimento que permite obter pela impressão um exemplar único. As partes planas e não trabalhadas da matriz não recebem cor ou recebem pouca cor, e as partes em relevo recebem toda a pregnância da cor escolhida, obtendo o avesso da imagem original. Materiais utilizados: pedaços de madeira; utensílios para esculpir madeira; papéis diversos; pincéis; rolos de espuma e tinta guache.

Contos: ouvir histórias é um dos recursos de que dispomos para desenhar o mapa imaginário que indica seu lugar, na família e no mundo. É mesmo possível afirmar que as histórias representam, sempre e de forma empírica, importante contribuição para a estrutura da vida emocional. Então, o processo de um ritual de contar histórias pode significar as imagens com força para a transformação. Destacamos os contos de Monteiro Lobato, Affonso Romano de Sant'Anna e o Mito de Dédalo.

A materialização, segundo Urrutigaray (2008, p.52), é o resultado de uma

Ação modelar, sobre diferentes elementos plásticos, viabiliza a estruturação de um campo psicológico diferenciado de modelos culturais, que possam estar distanciados da realidade pessoal. A possibilidade de experiências sensoriais, dadas pela percepção de formas, texturas, cores, volumes, gerados pela materialização ou à concretização de si mesmo. Logrando a realização da individuação, dada à atenção focalizada na sua própria ação.

Alguns conceitos teóricos do ETC, adverte Lusebrink (2008), pareceriam estar mais próximos aos da arteterapia, mas lembra que o conceito é aplicável independentemente da preferência teórica do profissional ou da prática terapêutica. Para Hinz (2009), o ETC, por se basear nas qualidades das mídias artísticas, dos estilos expressivos e das atividades criativas, desenvolve um meio facilitador e orientador das experiências terapêuticas, promovendo a comunicação entre as terapias expressivas. O ETC provém de uma estrutura que organiza as informações que surgem no processo arteterapêutico. O método auxilia a explicar o comportamento simbólico, afetivo e cognitivo, respondendo a questões sobre quais meios serão utilizados nas circunstâncias e pessoas diversas.

Ao trabalhar com a experiência da terapia em arte, enfrenta-se uma série de dúvidas e questionamentos envolvendo técnicas e materiais mais apropriados para determinadas situações ou pessoas. Dessa forma, o ETC cria meios de serem classificadas as interações que ocorrem dos processos artísticos durante a formação de imagens e processamento das informações (KAGIN & LUSEBRINK, 1978b). Para isso, no ETC há quatro modalidades ou funções, de interação com o material, sendo que, teoricamente, representarão as fases dos diferentes estágios do desenvolvimento humano.

A informação inicia sua expansão gradual, no nível preverbal, com as experiências cinestésicas e sensoriais. Quando as informações chegam não necessitam de palavras, mas provêm do ritmo, do tátil, de um processo de informação que abrange sensações internas e externas. Este é reconhecido como o nível Cinestésico/Sensorial (K/S).

Um nível acima no desenvolvimento da informação ocorre no nível Perceptual/Afetivo (P/A), no qual se inicia a formação de imagens, ou da absorção de imagens formadas. O processamento, ainda acanhadamente, se expressaria de maneira emocional, mas em imagens, sem ter em conta a forma.

No terceiro nível do ETC, as funções representadas são cognitivas e simbólicas. O processamento das informações no nível Cognitivo/Simbólico (C/S) se dá de maneira complexa e bastante elaborada, exigindo objetivos determinados, de aquisição de conhecimento (cognição) e percepção clara.

Para entender melhor como se dá o processo, demonstraremos com uma experiência citada por Hinz (2009): a pintura com tinta de dedo, usada para ajudar o indivíduo a criar sensação interior de calma e serenidade. Essa experiência criativa faz com que o indivíduo proporcione algo novo a ele próprio, como resultado da sensação de utilizar a tinta com os dedos. Sentir-se calmo surge sem que se precise de imagens externas, ou de experiências com os materiais, para induzir essa serenidade. Somente o movimento dos dedos em contato com a tinta, sentindo o deslizar sobre a superfície do papel, compõe a ação cinestésica do movimento ao sensorial, quiçá afetivo. O movimento que começa como simples experiência sensorial pode evoluir para algo integrado e altamente criativo. Assim que os dedos envoltos na tinta começam a dançar pelo papel, formas emergem entre os espaços em branco e o fundo colorido.

Portanto, uma atividade que surgiu do componente Cinestésico/Sensorial (K/S) evolui para experiência Perceptual (P), assim que as formas no papel são percebidas. Depois, o componente Simbólico é engrenado quando a forma percebida assume significado especial. A pessoa produz um símbolo individual, estando todos os níveis do ETC representados em experiência criativa (HINZ, 2009). Nesse modelo não existe a necessidade de mudança de material durante a experiência expressiva, para existir modificação na qualidade do processamento da informação, como demonstrado pelo exemplo de Hinz (2009).

O pressuposto desse modelo teórico é reafirmar as mudanças dos aspectos sucessivos do ser humano, mostrando as fases naturais desse desenvolvimento como absolutamente constituintes de um processo terapêutico (ALESSANDRINI, 1999, p.34). O ETC organiza a interação com os materiais artísticos, enfatizando o elemento

criativo do processo expressivo, servindo como ponte à sequência do desenvolvimento do processamento das informações e da formação das imagens nos diferentes níveis da experiência humana.

Quando abordarmos os problemas relacionados ao desenvolvimento do indivíduo, verifica-se que convivemos embalados em rotinas e hábitos que nos fazem seguir a vida de forma segura e tranquila. Agimos espontaneamente fugindo dos problemas, enquanto isso é possível, tentando evitar encará-los, ou mesmo negando sua existência. Os problemas passam a ser tabu, assinala Jung (1984). Esperamos trilhar caminhos certos e não incertos, com a intenção da busca por resultados e não por experimentos. Com frequência não se compreende que nosso aprendizado vem por meio dos experimentos, e que as certezas surgem do movimento criado pelas dúvidas. O autor frisa que ao negarmos os problemas não investimos no aprendizado da obtenção de situações cômodas e tranquilas. Para isso acontecer, é essencial abrir a consciência para algo amplo e superior. O conhecimento é citado por Jung (1984, p. 407) como o despertar da consciência, em que se adquirem novos conteúdos ao ligar algo original a conteúdo já existente; assim, “temos na consciência não somente a percepção dos sentidos, mas partes desse conteúdo igualmente”. O autor apresenta a exigência de preparação para uma vida futura com consciência aberta para se perceber a vida seguindo.

Não podemos viver a tarde de nossa vida segundo o programa da manhã, porque aquilo que era muito na manhã, será pouco na tarde, e o que era verdadeiro na manhã, será falso no entardecer. (JUNG, 1984, p.416)

As imagens que emergem normalmente na maturidade justificam e explicam a nós mesmos. Quando da falta de prática imaginativa durante a vida decorre a perda do controle sobre as imagens na velhice, a pessoa com frequência as desordena. O que se vê em idosos cujos discursos possuem estrutura própria de pensamento, traduzidos por conversas carregadas de desvios e desorganização. Para retratar vivência ou fato, diversos idosos se perdem em intermináveis discursos; somente uma ou duas frases teriam referência direta ao fato de interesse. Utilizam cada vez mais as imagens do passado, pois os acontecimentos exteriores não são intensamente utilizados para absorver as forças vitais na constituição do corpo, escapando nas pessoas idosas o

domínio consciente do mundo. A maioria das pessoas teria presenciado um idoso contando um fato, como, por exemplo, um problema de saúde. Inicia a conversa com queixa de dor nas costas, passando para um caso que possivelmente vivenciou na infância, depois de sua vida de dificuldades. Talvez surja a pouca ajuda de seus familiares, do filho, filha, netos. Faria perguntas sobre a família do ouvinte para em seguida se lembrar que estava se dirigindo à farmácia para comprar remédio para dor.

A ênfase dada durante toda a vida aos aspectos intelectuais materialistas em detrimento do pensar imaginativo cria situações de descontrole do pensamento no envelhecimento. Utilizamos com pouca intensidade o formato do pensar imaginativo e criativo, sem nos deixar envolver em momentos contemplativos e receptivos sensorialmente. Em nossa atuação com grupos em oficinas de estimulação cognitiva, uma das técnicas de rerepresentar o pensar imaginativo é colocar os idosos frente a uma situação habitual, como, por exemplo, um passeio pelo quarteirão, no qual devem observar detalhes inusitados. O olhar atento àquilo que se faz habitualmente implica múltiplas percepções que passam sem ser notadas. De cores a cheiros, pessoas e objetos. Quase todos reportam boas surpresas e sensações prazerosas.

As reproduções imaginativas das emoções permanecem mais tempo na memória do que os conteúdos abstratos. Isso facilita revivermos o mundo imaginativo presente especialmente na infância, em que se cultivava pensar por imagens, buscando novamente a maneira imaginativa prazerosa.

Deve-se salientar que a arte é fator de resiliência, pois estabelece o poder de introduzir nova vida na ação cotidiana, elaborando simbolicamente suportes que fortalecerão conexões que levam aos processos de resiliência. A terapia pela arte favorece que os sujeitos se conheçam melhor pelo fazer artístico, percebendo os momentos como oportunidades de aprendizagens. Essa capacidade mostra que o sujeito *realiza e faz*, quando enfrentar as adversidades na vida. Sendo assim, reconstrói sentidos sobre a experiência vivida, impulsionando o processo do *querer* vital.

Histórias que contamos sobre nós mesmos, desenhar e pintar, são exemplos que proporcionam sensações prazerosas, desbloqueando a criatividade, dissolvendo enrijecimentos, levando a pessoa a sentir o poder de modificar a situação presente.

Segundo Hinz (2009), existem indícios de que o processamento das informações, ao utilizar componente do ETC, conduz à melhora do processamento em outros domínios. Os processos que compõem o ETC, segundo Lusebrink (2004), trabalham paralelamente ao funcionamento e ao processamento de informações em ambos os hemisférios cerebrais. Entendemos que ao estimular informações que se processam no lado esquerdo do cérebro, criaremos pontes no hemisfério direito. O hemisfério esquerdo controla o lado direito do corpo, reconhece eventos em série do que é dito e da análise da informação. O hemisfério direito trabalha controlando o lado esquerdo do corpo, reconhece a imagem, no como é dito e na visão de conjunto.

O processamento do lado esquerdo do cérebro reflete uma análise consciente controlada da emoção, enquanto o hemisfério direito estaria associado às emoções automáticas, como a raiva. Hass-Cohen e Carr (2008) afirmam que existe incentivo maior do lado direito do cérebro em aproximar-se do trabalho com arte, enquanto o lado esquerdo deseja evitar a emoção.

Isso acontece porque as experiências criativas têm o potencial de integrar informações nos dois hemisférios cerebrais, encontrando expressão coerente e harmoniosa. Os componentes de cada lado do hemisfério cerebral realçam as funções de ambos. Segundo Pink (2005, p. 17), o hemisfério esquerdo converge para uma resposta única, o direito na direção de uma Gestalt.²⁸

O esquerdo se concentra em categorias, o direito em relações. O esquerdo apreende os detalhes. Mas somente o hemisfério direito consegue ter visão de conjunto.

Buscamos sempre que possível esclarecer a terapêutica e os procedimentos durante o trabalho arteterapêutico, visto como item essencial na formação e manutenção dos grupos. Ao compreender como o trabalho se dava criaram-se maior comprometimento e maior valorização do trabalho pessoal e grupal.

O trabalho arteterapêutico em geral envolve uma rotina organizada em três fases, adequadas à proposta e à necessidade dos idosos. Foram nomeadas como aquecimento,

²⁸ Gestalt é uma forma, uma configuração, o modo particular de organização das partes individuais que entram em uma composição. (D'ACRI, LIMA, ORGLER (org.), 2007, p.125)

momento criativo (proposta e envolvimento na atividade) e encerramento (anotações livres de palavras ou frases, reflexões sobre o trabalho elaborado e compartilhamento do processo).

Aquecimento: deu-se como objetivo principal de um momento introdutório para a sessão arteterapêutica. Os participantes iniciam seu envolvimento no movimento das atividades. Momento de relaxar e descontrair, em que chegam para dar início à sessão. Momento para esclarecer regras, haver acordo e/ou mudança e explicar o caráter da atividade. O aquecimento iniciou-se por conversas, acontecimentos da semana, sensações, sonhos etc. Nesse processo cada participante apresenta maneira específica de se vincular com o trabalho e com o grupo. O aquecimento inclui algum tema que inicie suavemente a atividade. Falar os nomes, desenhar as iniciais, por exemplo. Segundo Nery (2003),

A forma de desempenho predominante do papel de cliente, ou seja, a preponderância de sua modalidade vincular vai explicitando sua história de vida, sua comunicação e seu aqui- agora no contexto terapêutico. (p.36)

No segundo momento, o da interiorização, uma atividade física relaxante ajuda o participante a entrar em contato consigo e com as demais pessoas. Algumas sugestões que seguiram este trabalho foram a aplicação de técnicas de relaxamento físico e massagens corporais. Todos dão tapinhas no próprio corpo; massagem nas costas e nos ombros; música e dança circular. A técnica mais utilizada foi de relaxamento e ouvir músicas, que, segundo Bruscia (2000), desenvolve a criatividade, a liberdade de expressão e a espontaneidade, estimulando sentidos, habilidades perceptivas e cognitivas. A experiência de ouvir abrange aspectos físicos e emocionais, intelectuais e estéticos, modulados de acordo com a experiência terapêutica. A música promove receptividade, evoca respostas corporais específicas, como estimulação e relaxamento, experiências afetivas, facilitando a memória de reminiscências, auxiliando as fantasias e a imaginação.

O relaxamento ajuda a liberar tensões do corpo, reconectando o corpo físico externo ao movimento interno. Para Sandor (1982, p.6), age como “quebra” do estado anterior.

O relaxamento ocupa posição de destaque, naturalmente, porque pela comutação dos processos fisiológicos, de suas autorregulações, ritmos, “memória”, reagibilidades e coordenações, retroage sobre a afetividade, alterando de modo intenso também as reações da personalidade. O resultado será, além do descanso, o “desatar” interno, a introspecção e a reprodução construtiva das antigas vivências, atingindo-se, assim, novas coordenações e estruturações psicobiológicas.

O estado de relaxamento provoca equilíbrio alerta e atento, em que os movimentos criativos ocorrem assim que são dissolvidas tensões e excitações. Utilizamos neste trabalho métodos simples de relaxamento a partir de comandos de voz para liberação das tensões de partes do corpo, respiração fluida e suave, sempre acompanhado por alguma música suave (CDs de Aurio Corra, mantras budistas, flautas japonesas).

A meditação foi um meio que ajudou o processo de autodesenvolvimento. É movimento que trabalha com o aqui e o agora, em processo de observação atenta da respiração, sensações e pensamentos. Partimos para o contato do mundo das sensações, meditações em imagens, concentrando-nos em versos, frases, pensamentos, objetos e símbolos. Abrange os conteúdos relacionados com imagens produzidas por representação mental.

Exercitamos a capacidade de observação, desenvolvendo a fantasia baseada no pensar, nos sentimentos, na capacidade de criar imagens interiores, aumentando a capacidade de concentração. Com isso, é essencial conhecer os meios para a expressão criativa.

Momento criativo: momento de proposta e desenvolvimento dos trabalhos. Apresentou-se dos mais diversos modos de explorar os materiais com intenção de desenvolver criatividade e imaginação. As atividades seriam um caminho para a expressão inconsciente. São colocados à disposição os mais diversos materiais expressivos, com o objetivo de ativar o potencial criativo e transformador dos participantes. Uma forma de “destravar” o processo criativo tem como referência direta a vida psicológica individual. Para abranger essa questão será utilizada a referência de Arieti (1976) sobre imaginação.

A imaginação, para o autor, é um dos componentes fundamentais ao processo criativo, força transformadora que permite modificar o que está à nossa volta e nos reinventarmos. Desse ponto de vista, o movimento criativo revela a importância de refletir sobre nós mesmos e as possibilidades de busca de novos caminhos, ressignificando valores e conceitos, em processo de contínuo desenvolvimento. Ao falar de imaginação, deve-se primeiramente não confundi-la com o significado de *imagens* ou *imaginário*.

O imaginário considerado como um tipo de imaginação é o processo de produção e de experimentação das imagens. A imaginação é a capacidade que a mente tem em produzir e reproduzir diversas funções simbólicas, enquanto estiver em estados conscientes, de vigília, sem que deliberemos nenhum esforço para organizar essas funções. Em outras palavras, em primeiro lugar, sonhos são arbitrariamente excluídos. (ARIETI, 1976, p. 37, tradução da autora)

Se as imagens inconscientes ficam fora do contexto da imaginação, restam às imagens conscientes, os sentimentos, palavras que surgem assim que ocorrem. Isto é, a imaginação acontece somente quando se expressa assumindo forma que pode ocorrer de maneira verbal ou não verbal.

Encerramento: momento de compartilhar com o grupo o material desenvolvido, experiências e *insights*, transmitindo percepções sobre todo o processo que, diante do grupo, se abriria para outras histórias. No compartilhamento, segundo Liebmann (2000), ocorre apoio mútuo dos participantes, que se beneficiem com o *feedback* dos demais, sugerindo e auxiliando nas soluções de problemas similares. Foram utilizados neste trabalho estímulos de comunicação verbal que serviram como apoio e confiança no processo de compartilhamento. Houve perguntas norteadoras: “Como estão se sentindo?”; “Mais alguém se sente da mesma forma?”; “Como foi utilizar o material?”.

Consideramos essa etapa fundamental ao processo, pois a compreensão de um trabalho pode não se realizar no momento de sua criação, mas viria como “fichas que caem” durante a etapa de elaboração das percepções e sensações. O conhecimento sobre as variáveis nas mídias incorporadas ao ETC será apresentado a seguir, sendo que alguns exemplos estarão disponíveis.

Iniciamos com o nível Cinestésico/Sensorial (K/S), e para isso descrevemos como primeiro passo o conceito de cinestesia.²⁹ As informações neste processo são de natureza preverbal, não requerendo palavras, mas ritmo, tato e atividade pelo prazer. A função Cinestésica (K) se formula como função motora, não como atividade motora. Significa que os movimentos se configuram por meio do espaço, sensações, ritmos no corpo, aceleração de um movimento ou sua restrição. As experiências acontecem no nível da percepção dos movimentos, sendo que as informações chegam pelo movimento e toque.

A utilização das técnicas expressivas como ações facilitadoras passivas da ação, cujo resultado é criação, conduz à função Cinestésica (K) os movimentos de estimulação e relaxamento. Um simples pedaço de papel e lápis criando rabiscos e garatujas (garatujas são traços e rabiscos desprovidos de controle motor e sem formato definido) conteria a condução para estimulação do imaginário e liberação de tensões.

Amassar argila, arranhar, martelar, cortar, rabiscar, espalhar tinta sobre papel, especialmente em conjunto com música, promoveriam a liberação de energia, melhorando funções cerebrais, causando satisfação. Em outras formas rítmicas, como escrever poemas, há ritmo e cadência, mesmo sem nos determos no significado das palavras (LUSEBRINK, 1990).

O grupo feminino neste estudo utilizou a técnica de rabiscar em papel com lápis de cor e carvão, estimuladas por música suave, formando garatujas. Algumas participantes acompanharam com o material o ritmo da música.

O grupo masculino não gostou da experiência e não quis utilizar a livre expressão. Utilizamos argila como material de criação e exploração livre. O uso desse material criou barreiras e tensão entre os participantes, que pouco souberam explorá-lo, limitando-se a pequenos objetos figurativos (vaso, cinzeiro).

A partir desse acontecimento, pedimos que explorassem o material com a intenção de perceber textura, resistência, deformação ao ser amassado ou jogado no

²⁹ Cinestesia é termo utilizado para nomear a capacidade de reconhecer a localização espacial do corpo, sua posição e orientação, a força exercida pelos músculos e a posição de cada parte do corpo em relação às demais, sem utilizar a visão. <<http://pt.wikipedia.org/wiki/Propriocepção>> acesso em 22 de março de 2011.

ção e sua constituição na obtenção de formas e efeitos sobre outros materiais. Quando o movimento corporal/cinestésico não é bem desenvolvido, reconhecendo a habilidade de usar o corpo para expressar emoção, ou como capacidade de resolver problemas ou criar formas pelo uso do corpo, criam-se desconforto e aversão a esse tipo de experiência. Pessoas muito intelectualizadas se sentiriam desconectadas da experiência.

A partir da liberação de energia pelo processo cinestésico, anterior à representação cognitiva, vivencia-se um processo que envolve somente componentes sensoriais, com sensações internas e externas. Ao moldar a argila, sentimos as qualidades táteis do material, se aquecendo, mudando características, qualidades visuais de misturar cores e assim por diante. O uso de outros materiais, como pintura de dedo, pintar com música, colagem, biscuit, direcionaria a atenção e acalmaria a mente hiperativa, conectando as pessoas ao presente ou ao passado, reconstituindo a memória, aumentando a consciência cinestésica.

Quando bebês e crianças, as experiências nos chegam por canais sensoriais e se apresentam de forma não verbal. Utilizar o nível do componente K/S para acessar as memórias pela expressão não verbal nos remeteria às sensações prazerosas táteis. Damásio (1996) descreve que o processo sensorial cria base para a emoção e cognição. Foram usados materiais sensoriais, como, por exemplo, a argila, biscuit, pintura de dedo, massagem com bolas nos pés e exploração de materiais com os olhos fechados.

Ao explorar o componente, permitiu-se acessar fisicamente sensações do momento, sem julgamentos e sem avaliações na criação de formas. Sabemos que, ao partir de sensações externas, há a possibilidade de se atingir um estado emocional interno. O que surge da experiência sensorial não precisa ser emoção, mas a qualidade emergente do material que leva à produção. A argila, por ser material orgânico, mobiliza memórias antigas, cria acesso a conteúdos inconscientes, é tátil e manuseável.

A ação rítmica produzida no componente Cinestésica (K), por suas propriedades cadenciadas, seria utilizada para melhorar as funções cerebrais em idosos, especialmente integrar as experiências cognitivas fragmentadas em indivíduos com a doença de Alzheimer. Nos processos demenciais a habilidade verbal tende a se deteriorar, dificultando significativamente a expressão de sentimentos, o que provocaria isolamento e depressão. As atividades artísticas promovem um meio não verbal para

tocar em sentimentos e comunicá-los, recriando certa espontaneidade em indivíduos que se tornaram rígidos e estáticos.

Da função cinestésica e sensorial emerge um novo nível do ETC, o Perceptivo/Afetivo (P/A), ocupando-se dos aspectos figurativos e imagens mentais. No (P/A) busca-se a representação das experiências internas dos participantes, e para isso utilizam-se materiais com potencial habilidade de criar formas. Como exemplos, mosaico, madeira, metal e tela de arame. A qualidade estrutural desses materiais se transfere para o participante por um processo conhecido como isomórfico. O isoformismo é princípio utilizado pela Psicologia da Gestalt e refere-se às manifestações que se dão entre os estados externo e interno, entre o padrão de estímulo e a expressão que ele transmite (ARNHEIM, 2002).

Segundo Jung (1984, p. 145), construímos nosso mundo dentro de sistemas próprios que nos darão noção de apreensão completa do sentido das coisas e do mundo. Jung afirma que as únicas coisas “do mundo que podemos experimentar diretamente são os conteúdos da consciência”. Jung assinala que tomamos consciência do que nos cerca externamente como torrentes que fluem para dentro de nós na forma de percepções sensoriais. As percepções, como mencionado, dizem que algo existe fora de nós e as compreendemos como sensações.

Jung (1981, p.524) reconheceu que em nossas mais profundas experiências, contatadas pelos sonhos, imagens arquetípicas, meditação, terapia e em imagens mitológicas de povos, existem imagens transpessoais. Uma mesma fonte está presente nas experiências e é conhecida como inconsciente coletivo, isto é, aquisições que não partem dos conteúdos pessoais, mas da estrutura cerebral herdada.

O componente Perceptivo (P) lida com formas do imaginário mental e enfatiza os elementos da expressão visual. Isso acontece pela representação de experiência interna, sendo traduzida em formas figurativas, padrões ou elementos coloridos. O poder terapêutico dessa orientação visa à necessidade de organização de nossas habilidades, procurando expressões ou gestalts fechadas.³⁰ Feldman, citado por Hinz (2009), trata da importância da autorregulação que o ciclo possui, por suas características de regularidade, estabilidade e completude.

³⁰ Gestalt fechada, segundo Perls, citado por D'Acri, Lima, Orgler (2007), corresponde ao processo da autorregulação, que, como ciclo, é completado de modo satisfatório.

Mulheres do grupo desse estudo diziam que não se olhavam no espelho havia anos, simplesmente porque haviam retirado todos os espelhos de casa. Achavam-se feias, gordas, velhas, e não se conformavam com as mudanças ocasionadas pelo tempo. A imagem encoberta pelo corpo, não encontrando reflexo no outro, no espelho, cria repulsa, por vezes ódio, pela própria imagem. No entanto, nenhum dos homens que participavam do grupo masculino admitiu a imagem de feiura e desconforto com o corpo, o que mostra diferença entre os sexos.

Uma idosa, mesmo com dificuldades físicas de mobilidade, não aceitava usar bengala, pois sentia-se envergonhada de mostrar sua dependência. Segundo ela, “todos vão rir de mim se eu usar bengala. Eu sei disso porque eu dou risada dos velhos com bengala”. Havia se acidentado inúmeras vezes, caindo ao ir ao banheiro, ao caminhar na rua e, por vezes, com certa seriedade. A experiência é o resultado da interação entre os sujeitos e o meio e, quando completada, gera transformação pelo intercâmbio das ações. Para Dewey (2010), se entendemos que os órgãos dos sentidos são o meio dessa participação,

Toda e qualquer invalidação deles, seja de ordem prática ou teórica, é, ao mesmo tempo, efeito e causa de um estreitamento e um embotamento da experiência de vida. As oposições entre mente e corpo, alma e matéria, espírito e carne originam-se todas, fundamentalmente, no medo do que a vida pode trazer. (DEWEY, 2010, p.89)

A corporeidade deve ser vivida no respeito por si mesmo. O velho é classificado negativamente pelo corpo e pelo significado do que é ser velho em um corpo envelhecendo. A visão do corpo e suas limitações corporais que acarretam mudanças aparentes carregam atributos estigmatizados e preconceitos. O corpo passa a ser inimigo, pois nos é externo.

Dos rabiscos e garatujas do trabalho com o grupo das mulheres surgiram formas, e dessas formas imagens. No movimento, as imagens foram transportadas para o papel, formando uma composição de mosaicos. Trabalhamos com o desenho do contorno do corpo sobre papel Kraft, preenchido com imagens sobre as sensações do corpo e da alma.

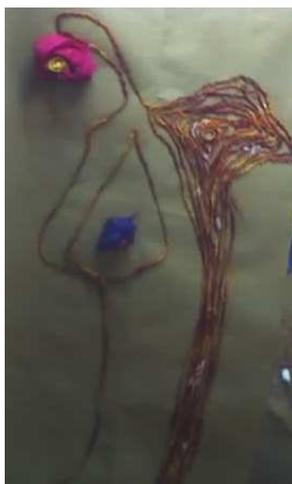


Fig.5

Quando se trata de nossa experiência diária, fala-se de personalidade exterior, que se expressa como identidade externa; e de personalidade íntima, representada pela maneira como lidamos com os processos psíquicos internos. O processo da disposição externa, em Jung (1981, p.480), chama-se *persona*, e de *anima* ou *alma*, a disposição íntima. Nossa *persona* é nossa máscara, a que mostramos aos outros e que se forma a partir de nossa experiência e aprendizado.

Para Nachmanovitch (1993, p.34), construímos nosso mundo por meio de atos de percepção, aprendizado e expectativa. E, por esses mesmos atos, construímos o nosso “ser”. O mundo e o ser se integram em trama única, seguindo passo a passo a nossa construção. Segundo Jung (1981), a alma comporta-se complementarmente em relação ao caráter externo, isto é, ao que se mostra como identidade externa. Possuindo todas as qualidades humanas que faltam na disposição consciente, a alma, ou o caráter íntimo, contém, por sua vez, qualidades humanas opostas. Por exemplo, encontramos pessoas com forte determinação externa, mas com fraqueza extrema interna, feminilidade externa e expressão masculina interna etc. Todas as atividades que acontecem na consciência ocorreriam no inconsciente. Processos que muitas vezes não se solucionam nos estados de vigília seriam resolvidos nas atividades que “viajam” para dentro da alma.

O componente Afetivo (A) do ETC surge quando, a partir do centro na expressão externa, um caminho guiado para a expressão interna indica as emoções evocadas pelo trabalho. Utilizam-se para esse nível materiais mais fluidos e coloridos.

Há tempos a cor se associa à expressão emocional. Os pintores abstratos se especializaram nesse tipo de linguagem e comunicação dos estados emocionais, mais do que representação da forma. As técnicas no (A) têm a função de se identificar com as emoções de forma segura e com certa distância reflexiva. Algumas experiências sensoriais envolvem-se nesse nível, como, por exemplo, um mapa das sensações no corpo, pintar com música, exploração sensorial de objetos com os olhos fechados. A sra. S. interpreta como um sol que aquece a alma.



Fig.6

No grupo masculino um trabalho com tinta guache implicou bloqueio para alguns participantes. Mas houve forte emoção. Um dos participantes chorou ao discorrer sobre sua pintura, o que fez o grupo discutir questões ligadas à masculinidade. Alguns choraram. O sr. C. afirmou que se sentia “fechado” e sem opções na vida, e que não havia sido aquilo o que imaginara viver. Consideramos ponto importante para a criação de vínculo no grupo.



Fig.7

É importante utilizar o nível (A) para maior entendimento da natureza e propósito das emoções. Se entendemos que os processos emocionais são próprios da subjetividade, elaboramo-nos principalmente pelos vínculos capazes de estabelecer. Como característica própria, as emoções vinculam-se em configurações com ideias, princípios e juízo, hábitos e elementos cognitivos ao que se passa no indivíduo e no sentido que dá e assume o que lhe diz respeito.

Além das funções próprias da organização interna do sujeito, as emoções permitem o acesso, dentro de um processo histórico, ao mundo social e cultural, participando de forma efetiva na construção dos sentidos que os componentes desses universos venham a obter. (NEUBERN, 2001)

Dentro da perspectiva de Damásio (2009), há grande dificuldade em distinguir o que sentimos e quando e como se sabe que há sentimento. Segundo o autor, o processo biológico, traduzido por sensações diversas, como, por exemplo, desconforto ou ansiedade, ocorre sem que a emoção se manifeste na consciência. O processamento acontece, segundo Damásio (2009, p.57), em um *continuum* que parte de um *estado de emoção*, disparado e executado de maneira inconsciente; um *estado de sentimento*, representado inconscientemente, e um *estado de sentimento tornado consciente*, já reconhecendo emoção e sentimento. A consciência tem que estar presente para os sentimentos influenciarem o indivíduo que as possui.

O que queremos dizer quando sentimos ansiedade ou outro estado de emoção?

Diferenciamos o termo “sentimento” ao lhe designarmos a experiência particular e não observável por todos, percebida, dos estados emocionais, como nó na garganta e frio na barriga, traduzindo sensação de ansiedade. Mas alguns aspectos das emoções que originam esses sentimentos, observáveis por todos, surgem como conjunto de reações que reconhecemos como ansiedade.

Temos certo controle sobre uma imagem que gostaríamos que funcionasse como indutora, se ela deve ou não permanecer como alvo de nossos pensamentos, [...] mas o trabalho de remover ou manter o indutor ocorre sem dúvida alguma na consciência. Também podemos controlar, em parte, a expressão de algumas emoções – suprimir nossa raiva, disfarçar nossa tristeza, mas a maioria não é bem-sucedida nessa tarefa. [...]

Porém, quando uma representação sensorial específica é formada, seja ou não parte de nosso fluxo consciente de pensamento, não temos muita influência sobre o mecanismo indutor da emoção. (DAMASIO, 2009, p.71)

Há o caminho da emoção, caracterizada no exemplo por um processo de ansiedade que faz emergir na ação o componente cognitivo (C/S) como função de solucionar dificuldades. Os indivíduos se beneficiariam, então, do entendimento das emoções, compreendendo-as como sinais temporários de descompensação interna, antes de retornar ao balanço homeostático. As emoções complementam a regularização das reações fisiológicas ou homeostase, que, coordenadas, mantêm estáveis os estados internos do indivíduo.

A sra. D. expressou como se sentia comparando-se a cores do arco-íris.



Fig. 8

Para isso, o modelo Cognitivo (C) utiliza a interação verbal, imaginativa, de representação simbólica. Os indivíduos refletem sobre os vários aspectos da situação, construindo imagens e representações dos pensamentos e emoções, criando novas possibilidades. Pela experiência concreta, surgem habilidades para solucionar problemas, tornando os resultados generalizados a outras situações, em aprendizado que surge maior do que as próprias experiências. Nesse componente trabalha-se a organização dos pensamentos e sentimentos, dos desejos e necessidades, do autoconhecimento.

Uma imagem criada serviria de base ao aparecimento de princípios abstratos ou crenças, e auxiliará a ressignificação dos pensamentos a partir de distintas ideias relacionadas ao problema. A sra. S. relatou crenças sobre a morte dos seus três filhos, encarando-a como desígnio de Deus.

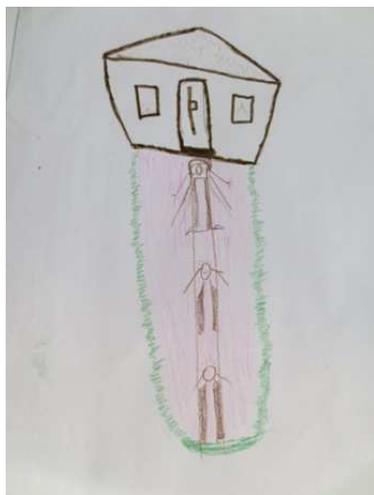


Fig.9

De acordo com Lusebrink(1990), as tarefas altamente estruturadas são a marca registrada do componente Cognitivo (C). Tarefas que exigem pensamento estruturado, memória e planejamento. Como exemplo, a colagem é meio visual da atividade cognitiva, requerendo do indivíduo seleção de material, categorização, combinação e explicação verbal. Um número maior de etapas que a pessoa percorre para completar seu produto resultará em aumento considerável do funcionamento cognitivo. Esse é o componente que emprega tarefas ativadoras da memória de trabalho³¹ e das habilidades sequenciais, assim como operações que envolvem as finalizações.

Ao contrário do componente Cognitivo (C), que destaca fatos e pensamentos lógicos, o componente Simbólico (S) envolve componentes intuitivos, idiossincráticos³² e míticos. A representação simbólica é auxiliada inicialmente pelas ideias que surgem do processo cognitivo, pois é preciso certo pensamento racional para se entender o místico. Tudo assumiria significação simbólica, ressalta Aniela Jaffé (1964), co-autora

³¹ Memória de trabalho ou memória de curto prazo entende-se como componente cognitivo ligado à memória, que permite o armazenamento temporário de informação com capacidade limitada.
< http://pt.wikipedia.org/wiki/Mem%C3%B3ria_de_trabalho> acesso em 14 de março de 2012.

³² Idiossincrasias são maneiras de ver, sentir ou reagir peculiares a cada pessoa.

do livro “O homem e seus símbolos” de Jung. A autora explica que essa significação se apresenta desde um objeto concreto, como plantas e animais, a objetos abstratos, números e formas.

Com sua propensão a criar símbolos, o homem transforma inconscientemente objetos ou formas em símbolos (conferindo-lhes assim enorme importância psicológica) e lhes dá expressão, tanto na religião quanto nas artes visuais. (JAFFÉ, 1964, p.232)

O símbolo, para Jung (1964), possui sentido maior do que aquilo que se apresenta óbvia e diretamente. Considerados multidimensionais, os símbolos são compreendidos integrativamente em todos os componentes do ETC. Agiriam como ponte entre a existência externa e os significados internos, pois possuem capacidade de descrever completamente o indivíduo, o que a expressão verbal não consegue. Os conceitos que envolvem o componente Simbólico (S) compreendem soluções intuitivas de problemas, autodescoberta, formação de conceitos próprios, representação metafórica, pensamento sintético, expressão e resolução de símbolos.

Segundo Philippini (1995), as estratégias arteterapêuticas devem conduzir a uma melhor compreensão dos significados emocionais contidos no símbolo, processo que leva a sentimentos de plenitude e inteireza. Os símbolos significam para os indivíduos a possibilidade de conhecer, compreender, refazer, recuperar, recordar, reparar e transcender. O símbolo como linguagem metafórica do inconsciente contém em si o significado de todos os enigmas psíquicos, cabendo ao arteterapeuta transpor ao *setting* os instrumentos imprescindíveis para viabilizar o processo.

A dimensão terapêutica da atividade é proporcionar, pelo universo de símbolos, representações pessoais dos desejos, do inconsciente, das necessidades, além de vontades futuras e novos empreendimentos. Os símbolos, segundo Hinz (2009), funcionam como ferramentas para encontrar soluções integradoras de problemas, a partir da externalização das cargas emocionais. A função que emerge do trabalho é descobrir facetas não conhecidas do *self*, como movimento inédito de *awareness*.³³

³³ Awareness, segundo a abordagem gestáltica, define-se como “uma forma de experienciar; é o processo de estar em contato vigilante com o evento mais importante do campo indivíduo/ambiente, com total

Expandem-se o componente da nossa atenção, o produto, além do limite de sua aparência. No processo, vários materiais seriam utilizados como estímulo da formação simbólica. Trabalhar mandalas e formas mandálicas, impressões de tinta por carimbos, máscaras, símbolo pessoal, autorretrato, são tarefas que fazem emergir a sabedoria interna, integrando-a às descobertas. Como símbolo, entende-se o círculo, assinala Arcuri (2010, p.74), como expressão da totalidade da psique em seus distintos aspectos. As mandalas se apresentam como símbolos da totalidade.

Entender símbolos pessoais é reconhecido como resolução simbólica, segundo Lusebrink (1990). Considera-se resolução, nesse contexto, a clareza da imagem da obra, separação dos componentes, conversão para outra forma, essencial para aprofundar o entendimento de muitas questões e como guia para ampliação de foco. O que faz parte da natureza de múltiplas camadas do símbolo nas quais há não somente a atividade externa consciente, mas carga profunda inconsciente. A elaboração simbólica gera mais do que pensamentos, pois faz o indivíduo acessar fantasias, valores e paixões. Segundo Kagin & Lusenbrink (1978b), a estrutura interna oculta, quando externalizada, conduz à resolução simbólica e ao desenvolvimento pessoal.

As informações recebidas pelas percepções e sensações são constantemente transformadas em símbolos, facilitando a comunicação de ideias e sentimentos, às vezes não adequadamente transmitidos verbalmente. A dimensão terapêutica que se apresenta no componente Simbólico (S) é da habilidade de perceber um símbolo pessoal que surge do conjunto universal de símbolos.



Fig.10



Fig.11

apoio sensorio motor, emocional, cognitivo e energético”. (YONTEF, IN: D’ACRI, LIMA, ORGLER, 2007, p.33)

A sra. S. afirma que se sente “doce como um pirulito”, e desenha um enorme pirulito, colorido em amarelo. A sra. D. sentia-se uma “pessoa forte”, embora com um “corpo feio”, mas com “boa cabeça”. Desenha uma mulher forte e um arco-íris no lado esquerdo do papel.

O símbolo pessoal ajuda indivíduos a retirarem qualidades gerais que os levam a descobrir outras partes de si, ao generalizar as experiências pessoais em situações concretas. Um indivíduo, por exemplo, com inúmeras experiências de cuidar, começaria a se definir como cuidador, e a partir do novo aspecto de conhecimento de si, recria-se criativamente.

Vários materiais foram utilizados como estímulo da formação simbólica. Os grupos trabalharam com a técnica de biscuit, criação de mandalas e formas mandálicas, e colagem.

O componente do nível Criativo (C) do ETC refere-se a tendências de sintetização e atualização do indivíduo, assinalam Kagin & Lusenbrink (1978b). Para os autores, a síntese leva em consideração pelo menos três fusões diferentes de informações durante a experiência artística,

A síntese da experiência interior e da realidade exterior, a síntese entre o individual e a técnica utilizada, e a síntese entre as diferentes experiências dos componentes utilizados no ETC. (In HINZ, 2010, p.170, tradução da autora)

A atualização de si indica o desejo individual de se tornar o que quiser dentro das potencialidades, no anseio pelo autoaperfeiçoamento. A melhor expressão de uma visão integrada da pessoa se dá ao examinar o nível Criativo (C) do ETC. A expressão criativa leva a sentido de fechamento e de conclusão.

Segundo Lusebrink (1990), a expressão criativa, por meio das técnicas artísticas, envolve inteiramente o indivíduo, criando potencial terapêutico ao se efetivar realizando. Para o autor, a arteterapia serve como base da realização, fornecendo experiências que são modelo, ensino e suporte para espontaneidade, imaginação e livre expressão, além de coragem para enfrentar o que desconhece.

No processo criativo, o momento de *insight* pede liberdade sem planejamentos, em um fluxo que se origina diretamente da mente, utilizando como referência tudo o que se aprendeu. E segue diretamente do “coração”, quando se aceita o inesperado da entrega daquele momento. O *insight* será a experiência de “enxergar”, de “luz”, o mesmo evento por onde passa a pessoa no processo arteterapêutico.

A intuição se ocupa de comunicar percepções (de objetos exteriores ou interiores) pelo inconsciente. Intuição para Jung (1981, p. 529) é um todo coeso, e não somos capazes de dizer ou averiguar, de imediato, como se formou.

O inconsciente, por sua vez, se mostra por um movimento vivo das reações e aptidões de todas as experiências humanas. Como fonte da atividade imaginativa, o inconsciente gera e faz brotar o impulso criador. O ato concretizado pelo “trabalho artístico” está, então, entre a realidade interior e a exterior, no centro do processo criativo. Ou algo que se apresenta além do controle do “ego”, que vem de fora da pessoa. Jung define ego como complexo de ideias para transmitir impressão de continuidade e de identidade consigo mesmo, do Self. As imagens surgem como resultado de um conjunto de representações de modelos pessoais e universais. O anseio criativo, para Jung, vive e cresce dentro do indivíduo, como árvore no terreno do qual retira seu alimento.

A análise prática dos artistas mostra sempre quão forte é o impulso criativo que brota do inconsciente, e também quão caprichoso e arbitrário.[...] A obra inédita, ainda na alma do artista, é uma força da natureza que se impõe, ou com tirânica violência ou com aquela astúcia sutil da finalidade natural, sem se incomodar com o bem-estar pessoal do ser humano, que é o veículo da criatividade.[...] Por conseguinte, faríamos bem em considerar o processo criativo como uma essência viva implantada na alma do homem. (JUNG, 1985, p.63)

A imagem é puramente representação mental, que funciona como evocação de algo não presente; contudo, preserva a disposição emocional do objeto ausente. As imagens encontram-se conectadas com percepções passadas como elaborações de vestígios da memória. Quando formamos a imagem visual de um objeto, isso significa ter visto e conhecido o objeto no mundo externo; mas após sua formação, passa a fazer parte da pessoa e de sua vida interna (ARIETI, 1976). Jung (1985, p.54) ressalta que

somente os aspectos da arte que existem no processo de criação artística são objetos da psicologia.

A arteterapia, como processo de autoconhecimento, vivifica os conteúdos conscientes e inconscientes por meio de sua concretização e ressignificação nos trabalhos. A mente inconsciente é repleta de formas de vida que aparecem invisivelmente aos olhos, mas estão sempre presentes na superfície do querer. No trabalho criativo capturamos uma ou mais formas e as mantemos vivas por meio de representações artísticas de maneira que a nós se exponham. Os pensamentos inconscientes estão sempre em movimento de crescimento e mudança, representando-se com frequência pelas figuras, outras vezes tomando a forma de fundo.



Fig.12



Fig.13



Fig.14

Apresentamos três momentos como forma de imagens que surgem do inconsciente na exploração de um trabalho com desenhos. O sr. J.C. utilizando técnica de aquarela faz inicialmente um jardim com flores (Fig.12), que recebe o nome de “campo florido”. Na imagem seguinte (Fig.13) utilizando terra vegetal como meio artístico escolhe parte do desenho original de onde surge uma imagem que denominou “anjo”. No ultimo desenho (Fig.14) aparecem imagens que se revelam ser seus filhos que ainda pequenos morreram. Embora um momento catártico, a análise finalizou uma etapa onde ele pode colocar sem interferências e restrições um sentimento que estava contido.

Para a expressão criativa acontecer, Lusebrink (1990) afirma que é preciso promover um ambiente criativo, uma atmosfera para a livre expressão, e de suporte, propiciando arriscar e seguir por desconhecidos caminhos. Indica que a pessoa seja

estimulada internamente, por pensamentos, desejos ou sonhos, e externamente, por objetos e informações. O pensamento então estimulado se torna mais profundo e segue em processo de elaboração. Da incubação de ideias surgem pensamentos que convergem interceptando uma possível solução para o problema.

A expressão criativa normalmente não exige reflexão verbal, porque ela se posiciona como uma declaração por si só, lembra Lusebrink (1990). A sensação de completude e satisfação que acompanha a expressão criativa identifica o ganho e a conclusão. Em fase posterior segue-se a verificação do problema, que requer pensamento claro e raciocínio dedutivo, entendendo causas e efeitos do processo. Finalmente, o produto criativo surge como representação do pensamento em solução transformadora, propondo novas bases às questões ou às situações. O produto como arte final contém e explica a solução.

Na realidade, a livre expressão de nossos processos criativos surge quando desenhamos, escrevemos, pintamos ou tocamos algo que emerge do inconsciente, assinala Nachmanovitch (1993). O que expressamos já existe em nós.

O que temos de expressar já existe em nós, é nós, de forma que trabalhar a criatividade não é uma questão de fazer surgir o material, mas desbloquear os obstáculos que impedem seu fluxo natural. [...] O processo criativo é um caminho espiritual. E essa aventura fala de nós, de nosso ser mais profundo, do criador que existe em cada um de nós, da originalidade, que não significa o que todos nós sabemos, mas que é plena e originalmente nós. (NACHMANOVITCH, 1993, p.21-24)

Como mencionado, o nível Criativo (C) existe em qualquer um ou em todos os níveis do ETC, e combina os elementos dos demais níveis. As funções criativas são ampliadas, assinala Hinz (2010), quando a pessoa consegue quebrar as barreiras para a expressão artística emocional, física e mental. Para isso, a autora constata a necessidade de um ambiente rico e criativo em materiais e técnicas, com oportunidades para despertar curiosidade, encorajando a percepção e estímulos de sensações, o que aumenta significativamente as possibilidades da expressão da criatividade.

Assinala Nachmanovitch, para criar é preciso ter técnica e paralelamente dela se libertar. Para isso, precisamos praticar até que a técnica se torne espontânea. Criar *por*

meio da técnica e não *com* ela, afirma Nachmanovitch (1993, p. 30). Como expressamos sempre o que existe em nós, trabalhar a criatividade não é questão de fazer surgir o material, mas desbloquear os obstáculos que impedem o fluxo criativo natural.

A fidelidade ao momento presente exige uma contínua entrega. Talvez estejamos nos entregando a algo delicioso, mas ainda assim temos de desistir de nossas expectativas e de um certo grau de controle sobre a vida. Continuamos engajados na importante atividade de planejar – não para trancar o futuro num esquema rígido, mas para afinar o ser. (NACHMANOVITCH, 1993, p.30)

A criatividade é natural em crianças, processo caracterizado pelo pensamento imaginativo, e seu comportamento segue a linha de brincar criando um mundo mágico. Segundo Dietrich (2004), a produtividade criativa tende a crescer durante a infância e a adolescência, paralelamente ao desenvolvimento do córtex pré-frontal. Porém, tende a cair durante o processo de envelhecimento, em que ocorrem perdas na flexibilidade cognitiva do cérebro e que mostram seu declínio especialmente nas áreas da memória de trabalho³⁴ e em outras funções executivas.³⁵

De acordo com Hinz (2009), a investigação sobre a criatividade durante a *life span*³⁶ demonstra relação curvilínea entre idade e função criativa. No envelhecer, as funções cognitivas, incluindo memória e funções executivas, sofrem alterações e diminuem a habilidade. Os déficits cognitivos e as muitas demências se serviriam das atividades cognitivas direcionando o eixo para a orientação da realidade, compensação dos déficits e perda de habilidades. Atividade como colagem é bom exemplo que requer do participante pensar sobre opções e escolhas próprias, crenças e representações, combinações e comparações.

O nível criativo como expressão do processo de autoconhecimento envolve um processo cognitivo, que emerge como função para solucionar problemas que se apresentam durante o percurso. Utiliza para isso a interação verbal, imaginativa e a

³⁴ Memória de trabalho é a interface entre a percepção da realidade pelos sentidos e a formação e evocação das memórias. Tem duração de 2 a 3 minutos.

³⁵ Função executiva é componente da memória de trabalho, responsável pelo planejamento e execução de atividades complexas ou novas.

³⁶ *Life span* significa o desenvolvimento ao longo da vida.

representação simbólica. Esse componente, segundo Hinz (2009), enfatiza fatos e pensamentos lógicos.

A criatividade é considerada por várias abordagens psicológicas indicadora de saúde mental, importante na formação e ressignificação de autoconceitos positivos, incrementadora de formas de resolução de problemas em qualquer fase da vida. Apesar das controvérsias sobre seu declínio com a idade avançada, Godoy (1997) concluiu, em pesquisas sobre satisfação de vida no idoso, que quanto mais se proporciona o desenvolvimento da criatividade maior o benefício ao indivíduo em aspectos importantes da existência. No livro “Criatividade Quântica”, Amit Goswami (2008) descreve o processo criativo como a exploração descontínua de um novo significado e em recentes e antigos contextos de valor. Isto é, a transformação criativa do *self* individual que gera contextos pessoais, independentemente da idade. Fayga Ostrower (1977, p. 166) ressalta que ao desempenhar o potencial criador, agindo criativamente em todos os âmbitos do fazer, o homem dá representação e sentido à vida. Criar é tão difícil ou tão fácil como viver. E imprescindível do mesmo modo. O fazer criativo deve acontecer pela exploração do fazer brincando, em um ambiente no qual haja boa estimulação por diversos materiais.

Em um primeiro momento deste estudo se produziu a partir da leitura do conto de Affonso Romano de Sant’Anna (2007, p. 19), “O caminho que não tomei”, que aborda as possibilidades de atalhos e rumos nas distintas etapas existenciais. Imagina-se a vida como um caminho no qual, periodicamente, chega-se a um ponto crítico. Como no conto de Sant’Anna, o caminho se divide em dois; que caminho tomar? O poema de Robert Frost (1874-1963), “The road not taken”, apresentado no livro de Sant’Anna, auxiliou como formação da imagem sobre as escolhas. Eis a última estrofe:

Suspirando, estarei contando a ti,
Daqui a mil anos, o que aconteceu:
Dois caminhos bifurcavam, e eu -
O menos pisado tomei como meu
E a diferença está toda aí.

As imagens se formaram a partir do momento presente, para todos os períodos de transição: infância, juventude, passagens da vida adulta para a velhice, crises da puberdade, meia-idade. Se se pensar na noção de desenvolvimento do ser, enxergamos a

continuidade, o fluxo, a ligação e o contexto do processo. Quanto mais nos desenvolvemos, mais nos sentimos aptos a seguir em desenvolvimento.

Como essas imagens se manifestam em nosso corpo, no tempo e no querer? Como ressignificar as passagens, voltar atrás para entender o caminho certo e o caminho seguido?

Os caminhos da reprodução das etapas de vida se revelaram como pontos determinantes na formação da imagem dos dois grupos, lembrando que durante esta pesquisa foram utilizados em ambos a mesma estrutura e tema. Deve-se enfatizar que homens e mulheres envelhecem de forma diferente e possuem necessidades particulares, assinalam Kalache e Lunenfeld, citados por Sousa (2006, p.71). Para eles, é “impossível compreender o envelhecimento sem uma perspectiva de gênero, pois o processo apresenta aspectos diferenciais (em nível físico, social e psicológico)”.

As imagens de homem e mulher, assinala Henrard (1996), ao longo da vida, dão tons diferentes ao envelhecimento. As mulheres são mais valorizadas pela beleza e juventude, em âmbito significativamente maior do que para os homens. Com a velhice e o declínio físico, há a diminuição da autoestima em ambos os gêneros. Para os homens, valorizam-se a atitude construtora e conquistas sociais. Com a velhice surgem sentimentos de menor valia. A imagem das mulheres mostra pessoas vulneráveis, dependentes, incapacitadas e com o aspecto de declínio físico.

Na antroposofia, apesar de não ser utilizada como significativo referencial teórico neste trabalho, há a visão das subjetividades de gênero utilizada com as teorias de Jung, como justificativa para a formação dos dois grupos. Segundo Burkhard (2007), em seu livro “Homem-Mulher”, o corpo físico na mulher, como algo que confere a estrutura corporal sólida, é de natureza lunar-feminina, enquanto o corpo etérico, responsável pela regeneração, vitalidade e memória, é de natureza solar-masculino. Para o homem, o corpo físico é de natureza solar-masculino, e seu corpo etérico, de natureza lunar-feminino. No entanto, no envelhecimento, com a diminuição das forças biológicas, as naturezas se invertem, tornando o homem mais feminino e a mulher mais masculina.

Pelas experiências de vida, adaptamos as características da nossa personalidade exterior, a qual Jung (1981) chama de *persona*, presente no nosso cotidiano e que forma

nosso caráter aparente. A disposição íntima, como citado no Cap.2, Jung chama de *anima* ou alma. O caráter da *anima* comporta-se complementarmente ao caráter externo ou *persona*. Isso representa que se uma pessoa é muito intelectual, como, por exemplo, a *anima*, será sensível, ou uma mulher muito feminina, assinala Jung (1981, p. 481), “terá uma alma masculina e um homem muito viril, uma alma feminina”.

O envelhecer, muitas vezes implica para o homem manifestações negativas das qualidades femininas, a *anima*. Para Jung (1980, p. 28), a *anima* talvez mostre aspectos da minoria dos genes femininos presentes no corpo masculino. O que aconteceria é que muitas metas de sua vida não teriam sido atingidas quando chega a essa fase, criando situações de rejeição, crítica ou completo desconhecimento dos sentimentos. O que Jung frisa como situação que causa caprichos incoerentes. As várias dificuldades endureceriam sua alma e o tornariam, por vezes, pessoa inflexível, levando-o à total falta de criatividade. Desenvolveriam estados primários de atuação em consequência do álcool e outras drogas, excesso de materialismo e de machismo. Mas, pelo lado positivo, o homem desenvolve a compaixão, bons julgamentos e grande sensibilidade.

Na mulher, as características negativas do estado masculino, ou *animus*, as levariam a opiniões preconcebidas, situações de competição negativa, medo de mudanças e de crescimento, busca por proteção de forma ameaçadora. Segundo Jung (1980), o *animus* induz a opiniões insensatas. O lado positivo do *animus* desenvolve a força de ação, da sua atuação no mundo, produz pensamento claro, concentração, formulação de metas e aspirações. A mulher se dispõe a novos empreendimentos com capacidade de discernir entre o real e a fantasia, objetivando e controlando sentimentos. As mulheres tendem a problemas de saúde diferenciados dos homens: problemas urinários, osteoporose, obesidade e depressão; os homens têm depressão, problemas na próstata, cirrose e o “fantasma” da impotência sexual.

Grande diferença acontece com o conceito da “feminilização” do envelhecimento. Há mais mulheres idosas do que homens. Segundo o Censo 2010, há 96 homens para cada 100 mulheres no Brasil. A diferença ocorre, segundo o IBGE, porque a taxa de mortalidade entre homens é superior, o que se deve às mulheres cuidarem muito mais da saúde, procurando programas de saúde com mais intensidade do que os homens, nas diversas fases de sua vida. Estão mais perto de situações que exigem controle da saúde, pela necessidade do acompanhamento nas fases da pré e pós-

gestação, e do controle nos cuidados com filhos e familiares. Os homens idosos atuais, por sua vez, ficaram mais próximos de conceitos da masculinidade, consumindo precocemente bebidas e cigarros, não praticando exercícios e não cuidando da saúde - falta de tempo que o trabalho impôs ou machismo.

Todas as diferenças que ocorrem entre os sexos acontecem no decorrer da vida, iniciando-se na puberdade – na qual nos distanciamos como sexo oposto, atingindo picos entre 21 e 42 anos, retraindo-se na fase de menopausa e andropausa, com tendência de unificação no envelhecimento. Durante todo o processo de vida partimos da unidade, tendemos para a separação e novamente à unidade (BURKHARD, 2007).

CAPÍTULO 3

ETAPAS DO CAMINHO:

O RIO ESTÁ FAZENDO SEU APRENDIZADO



Fig.15

A memória é ficção... Escrevo para elucidar os velhos segredos de minha infância, definir minha identidade e criar minha própria lenda. Afinal, tudo que temos com plenitude é a memória tecida por nós mesmos. Cada um escolhe o tom para contar a própria história...

Isabel Allende

Etapa 1 - **Infância e adolescência.** Antes de continuar descrevendo e analisando o desenvolvimento das etapas do estudo, deparamo-nos com reflexões sobre as “impressões” que ficam na memória. As etapas se compuseram inicialmente pela formação dos sujeitos, percurso de vida, processos de conhecimento e experiências de vida, e seu ser-no-mundo.

Questões surgiram no primeiro momento: qual é minha base para ser quem penso que sou? Como me configurei como sou?

Goethe (1881-1883),³⁷ em sua autobiografia, escreve:

De meu pai tenho a estatura
E uma séria atitude na vida:
De minha mãe a natureza alegre
E a vontade de fabular.

Apresentar os processos vivenciados em outros momentos da vida não significa retorno ao passado, mas identificações das passagens impregnadas na memória. Vivencia-se cada fato expressivo que acontece na infância como marca que se molda no cérebro. Segundo Cyrulnik (2007, 2009), se o meio familiar, cultural ou social não desvia o centro do acontecimento, os fatos podem ser vivenciados pela criança como referência de passado traumático. Ao contrário, quando esses meios apresentam à criança histórias de vida de culturas diferentes, a memória identificatória passa a ser composta de imagens felizes e acontecimentos agradáveis. A vida psíquica, assinala Cyrulnik (2009), retorna pelas narrativas, construindo a identidade do relator. E este buscará nas lembranças e palavras a construção de sua autobiografia em relato dirigido a alguém.

Isso não significa que mentimos ao recontar as histórias, acrescentando contextos. Os fatos vivenciados estão moldados em nosso cérebro como “num bloco de argila” (2007, p.197), em que os elementos são verdadeiros e imaginários. Ao relatarmos, iniciamos a organização autobiográfica a partir do momento da fala e a partir da pessoa a quem nos dirigimos.

Para Cyrulnik (2007, p. 197), a narrativa assim se dá,

Nem toda realidade se torna acontecimento, ainda que os acontecimentos sejam extraídos da realidade. O que constitui acontecimento é aquilo que nossa história afetiva tiver retido como tipo de informação. Por isso, uma situação será percebida como tragédia por um de nós, como comédia por outro e como insignificante por um terceiro, que nunca fará dela um acontecimento inscrito em sua memória. (grifo nosso)

³⁷ Citado por Burkhard (2007, p. 33), no livro “Homem-Mulher, a integração como caminho de desenvolvimento”.

Essa certeza contribuiu substancialmente para melhor entendimento de como as lembranças se formam a partir do momento que as expomos verbalmente. A memória reencontra as imagens e as palavras que darão formato ao que se sente no momento da narração. As narrativas, afirma Cyrulnik (2007), organizam os acontecimentos em um relato encaminhado a alguém, e dessa forma organizam as percepções do mundo para atuar sobre ele. O que verificamos quando idosos, depois de algum distúrbio ou situação de vida, desorganiza-se em suas percepções de mundo.

Podemos viver num mundo construído, agir nele, falar nele, sentir emoções nele, que atribuímos à coisa percebida, quando, na verdade, elas vêm do fundo de nossa própria história. (CYRULNIK, 2007, p.199)

Portanto, as histórias, sempre que as percepções de mundo forem modificadas, serão diferentes, mais ou menos trágicas ou alegres.

Este estudo se utiliza das histórias de vida dos idosos apresentada em fases da suas existências, como forma de fazer e de refazer o sentido da vida aplicado como uma prática reflexiva.

Devemos compreender que este estudo busca orientação para sistematizar a experiência arteterapêutica e neste sentido sistematizar as experiências o que significou obtenção de aprendizado a partir delas mesmas. Deve-se considerar que a arteterapia não é processo linear, reproduzindo espelhadamente as ações, aguardando resultados específicos, predeterminados ou esperados. As experiências se dão pelas relações e são processos vitais, portanto, inéditos. Devem ser entendidos o momento e a situação particular da experiência a qual se lidera, os objetivos das ações e suas correspondentes reações, toda a gama de interpretações e percepções dos sujeitos mediadores. A sistematização da experiência surge como interpretação do estudo das experiências que, a partir da sua reconstrução, indicou a dialética do processo vivido, mas não o reproduziu exatamente. Assinala, portanto, os fatores que intervieram, como se relacionaram entre si, por que e como ocorreram daquele modo.

A intenção é refletir sobre o campo teórico no qual se pautou este estudo para, a partir dele, alinhavá-lo à prática. Desse movimento surgiriam as mais diversas conduções, com resultados diferentes, pois cada profissional encaminhará o processo

Na primeira fase (infância) com o grupo de mulheres, iniciamos o trabalho com contos. O aquecimento se deu por relaxamento e música instrumental, temas infantis de roda e jogos que acompanham o livro de Enny Parejo. Contou-se a “Estória da Estrelinha” da mesma autora. Os contos são forma pura de expressão do inconsciente coletivo, pois as estruturas culturais dos contos reproduziriam as características da psique, permitindo à pessoa entrar em contato com conteúdos que nem sempre conseguem ser tocados por outras atividades. Neste trabalho, o conto surgiu como ativador das memórias e sensações da infância.

A música possui grande influência no fisiológico, funcionamento cerebral e psíquico, mobilizadora das atividades artísticas e de outras expressões criativas. Fagali (2001, p.91) afirma que a intuição se apoia na formação de imagens espontâneas anteriores a qualquer elaboração analítica. Ou seja, a música serviu como instrumento condutor para a formação das imagens nesta pesquisa.

Foram colocados à disposição, para os grupos, no momento criativo, papel Canson A4, lãs e linhas com cores e texturas diferentes, cola branca e tesouras. A utilização das lãs/linhas, como estímulo tátil, confirma a realidade, em uma experiência perceptiva pelas diferenças, por contrastes e proximidades, sentindo os vazios entre um objeto e seus limites. No caso desta experiência, entre uma linha e outra. Lembrando da infância, o início do ciclo de experiência mencionado, e com o material disponível sobre a mesa, pedimos que reproduzissem simbolicamente algum momento dessa fase de vida.

A seguir, algumas falas das participantes.

Lembrei quando era menina e não tinha boneca. Pegava uma espiga de milho e fazia duas “chicas” no cabelo com fita e brincava com ela até cair o cabelo. Catava folhas vermelhas e fazia vestido todo costurado à mão. O homem, eu fazia calça, colete e cortava o cabelo. Sra. T. (Fig.17)

Ela usou lã amarela para “desenhar” duas fitas em formato de laços representando as “maria-chiquinhas”.

Eu lembrei que brincava de roda com as crianças, e perto havia uma estrada com uma cerca que a gente ia pra conversar. Sra D. (Fig.18)

Adorava ir na Igreja e na catequese... a gente tomava banho na bacia, a mãe punha água pro banho e todos tomavam banho. Sra T.P.(Fig.19)

Lembrei do dia que minha irmã foi picada por uma cobra no caminho que a gente sempre fazia. Desenhei a árvore, e a cobra, só falta minha irmã. Sra S.(Fig. 20)

Era uma vida tão boa e tranquila. Me lembro bem da estrada que levava para um lago. Que saudades. Sra B.(Fig.21)

A gente brincava com menino e não tinha malícia. Não usava calcinha até os 13 anos. A menina que sou eu, pegava a estrela no jardim. Sra. M.(Fig.22)



Fig.17



Fig.18



Fig. 19

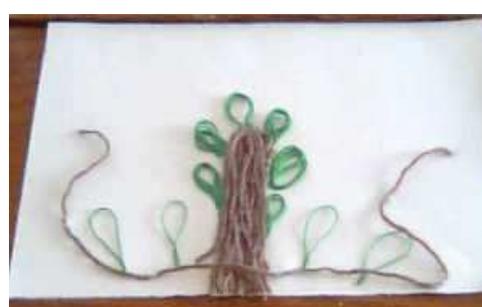


Fig.20



Fig.21



Fig.22

O grupo masculino ouviu a mesma música, mas vários não reconheceram as cantigas de roda e o conto infantil; com a música não conseguiram conduzir o grupo à fase da infância. Contamos o conto do Saci-Pererê,³⁹ do livro de Monteiro Lobato. Gostaram muito e aplaudiram no final.

Em cada sessão de arteterapia houve possibilidades de reavaliação da estrutura e planejamento, e para isso deve-se dispor de uma variedade de mídias para as diversas situações. Reforçamos a necessidade de o profissional arteterapeuta possuir as vivências das distintas experiências expressivas.

Eis algumas observações dos participantes:

Fui criado pelos meus pais para trabalhar e quando acabou o trabalho tudo acabou. Não serve pra mais nada. Fui abandonado, meu pai me soltou no mundo. Momento difícil, sem apoio. Fiz uma escada que sempre sobe, é como uma pessoa querendo subir ao sol. Sr F., que suspirou ao terminar o trabalho.(Fig.23)

Sempre tive alegria na vida, desde a infância. Brincava muito, contavam histórias. Fiz uma paisagem como eu lembro de morar no interior. Sr J.H.(Fig.24)

³⁹ O saci é um negro jovem de uma só perna, portador de uma carapuça que lhe concede poderes mágicos. Em 1921, o escritor Monteiro Lobato publica o livro “O Saci”, seu segundo trabalho dedicado à literatura infantil. < <http://pt.wikipedia.org/wiki/Saci#Literatura> > acesso 30 de junho de 2012.

Minha infância foi no Porto, cinco irmãos, alegria. Minha irmã mais velha contava histórias, e eu me lembro das histórias de Don Quixote de La Mancha. Meu pai um eterno ausente, a minha mãe tocava o barco. Sr. C.(Fig.25)

Eu brincava com a folha de coqueiro, dobrava e virava um cavalo. Fiz um cocho para os bois. Minha infância foi dez irmãos, perdi sete que morreram por vingança. Trabalhava no pasto e andava muito. Sr J.C.(Fig.26)

Não presto pra fazer nada, só tô atrapalhando vocês [...] a infância só foi apanhar do pai e trabalhar na roça. Tempo escuro. Sr G.

Pedimos ao sr. G para escolher uma ou mais cores entre os novelos de lã. Escolheu o azul-escuro e marrom, ficou brincando com o novelo, mas não quis confeccionar nenhum trabalho.



Fig.23

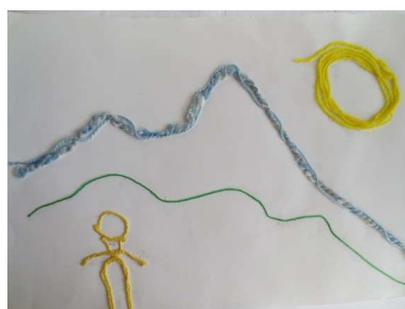


Fig.24



Fig.25

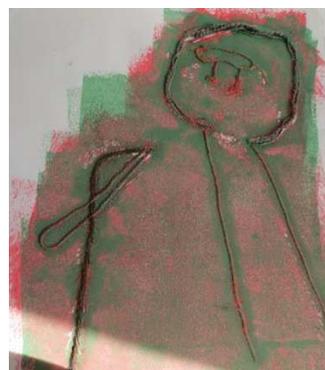


Fig.26

Os idosos com boa interação familiar e afeto durante esse período de vida se mostraram mais seguros com o processo de envelhecimento.

Com o processo de definição da configuração individual dos sujeitos desta pesquisa, passamos para a etapa seguinte.

Etapa 2. Adolescência e vida adulta. Na segunda fase da pesquisa, os grupos evocaram o momento de vida em que a consciência avança para um estado de divisão. Estágio da puberdade até o meio da vida. Momentos que surgiram a partir da percepção de se verem como sujeitos, assumindo-se donos de sua individualidade. As questões nessa etapa são:

Como me configuro como sou? Por que penso o que penso? Como aprendi meu conhecimento e práticas?

Dos 14 aos 21 anos passamos pelo amadurecimento dos órgãos do metabolismo, órgãos sexuais e membros. Segundo Jung (1984), ocorrem o nascimento psíquico e a diferenciação consciente dos pais. Fase na qual nos libertamos dos nossos pais para buscar as próprias emoções. Existem a separação dos sexos e a separação da inocência. As modificações na forma e aparência do corpo exercem impacto sobre o outro e sobre si mesmo. Na visão da antroposofia, é a fase da alma da razão: “Eu sou, Eu posso”. Pelos órgãos dos sentidos nos abrimos, desde a infância, para o mundo exterior. Mas nesse momento o corpo desperta pelas sensações e por meio delas. Jung (1984) assinala que um estado de divisão interior aí acontece, pois ocorre limitação interior provocada pela limitação exterior. Para o autor, reconhecemos a fase como fonte da quebra dos sonhos infantis e início da vida profissional. Mas como fator comum, mantém apego em permanecer como criança, largando o que lhe seja estranho, ou somente consciente de seu ego dominador.

No grupo feminino, ouvimos a música de Chico Buarque, “Terezinha”. Depois lemos as estrofes:

O primeiro me chegou/Como quem vem do florista/Trouxe um bicho de pelúcia/Trouxe um broche de ametista/Me contou suas viagens/E as vantagens que ele tinha/Me mostrou o seu relógio/

Me chamava de rainha/Me encontrou tão desarmada/Que tocou meu coração/Mas não me negava nada/E assustada eu disse não

O segundo me chegou/Como quem chega do bar/Trouxe um litro de aguardente/Tão amarga de tragar/Indagou o meu passado/E cheirou minha comida/Vasculhou minha gaveta/Me chamava de perdida/Me encontrou tão desarmada/Que arranhou meu coração/Mas não me entregava nada/E assustada eu disse não

O terceiro me chegou/Como quem chega do nada/Ele não me trouxe nada/Também nada perguntou/Mal sei como ele se chama/Mas entendo o que ele quer/Se deitou na minha cama/E me chama de mulher/Foi chegando sorrateiro/E antes que eu dissesse não/Se instalou feito um posseiro/Dentro do meu coração.

A sra. D. acompanhou toda a música cantando as estrofes, enquanto as demais participaram dançando e cantarolando. Todas conheciam a música.

Foram utilizados como material para a expressão lãs e linhas diversas, cola branca, tesoura e papel Canson A4.

Alguns comentários acompanharam o término do trabalho criativo.

Eu, quando fui olhada pela primeira vez, abaixei a cabeça e saí disfarçando. Fiz de conta que não tinha ninguém. Até quando senti emoção no coração, aí acabou minha ilusão. Sra T.(Fig.27)

Fiz um varal com linhas penduradas e eu olhando para o varal. Eu era solitária no sertão. Não via ninguém, não falava com ninguém. Essa que sou eu pareço um espantalho no meio do campo. [...] Me casei cedo, tive três filhos. Os três morreram pequenos. Nascia, morria... Quando tive minha filha, minha mãe ficou comigo, ela com três mês, a mãe entrou no quarto e disse na porta:“tua filha morreu”. Sra. S. deu um longo suspiro.(Fig.28)



Fig.27



Fig.28

Até aquele dia ninguém do grupo sabia da história da sra. S., e o grupo se mostrou surpreso com as descobertas, desejando conhecer mais de cada uma das participantes, jurando sigilo sobre tudo, promovendo trocas. Ao mesmo tempo, nesse grupo, sentimos que as emoções surgiram mecanicamente, quase como enredo para a curiosidade. Concluímos que a causa de certa frieza se deveu aos sofrimentos individuais, o que tornou os aprendizados de vida resilientes e imunes à dor alheia. Ouvimos a sra. T.P. afirmando que o sofrimento da sra S., embora legítimo, não poderia ser comparado ao dela. Todas quiseram contar um caso atrás do outro, sempre comparando dificuldades e intensidades.

Surgiram diversas questões relacionadas à aparência física atual e à da época de moças. Falou-se sobre beleza, e como o outro nos mostra a nossa feiura.

Eu chego no espelho e não gosto da minha cara. Todos me chamavam de bijuzinho, e quando eu passava todo homem assobiava. Sra. T.P.(Fig.29)

Custei a entender que era velha. Sou capaz, mas tenho que contar com ajuda dos outros. Sou horrorosa. Sra M.

A sr. M associou ser velha a ser feia.

Eu não dependo dos meus filhos. [...] Tinha muito medo de ter que pedir coisas pra eles. Eu tenho que sarar pra poder resgatar minha autonomia. Hoje eu fiquei amargurada e não tinha como

ir sozinha ao enterro da minha amiga. Hoje estou me sentindo muito triste e velha. Sra. B.(Fig.30)



Fig.29



Fig.30

Outro exemplo do grupo aconteceu quando a sra T.P., que na época era avó, queria muito ser bisavó, porque, segundo ela, “já tenho idade”. Dizendo-se bastante incomodada com a situação, pois queria imensamente que todos vissem que, com a sua idade, ainda seria uma bisavó jovem. Mas aos 82 anos e somente como avó, seria considerada velha.

Na nossa cultura, a velhice não possui mais atrativos para ser investida de ideais, ainda mais quando se trata de idealização ancorada na beleza física, diretamente ligada, em nossa sociedade, à juventude. Não tendo mais onde investir, o sujeito envelhecendo perde a relação com o futuro.

Não se pode negar, no entanto, que o idoso atravessa inúmeras mudanças e exaustivos processos de perdas de capacidades durante o processo de envelhecimento. Mas a falta de investimento e o descuido pela busca de novas possibilidades e por projetos que garantam certa autonomia reafirmam os estereótipos sociais vinculados nessa fase.

Pelo corpo, sentimos e nos relacionamos com o mundo por meio dos estímulos criados pelos órgãos dos sentidos em uma linguagem que viabiliza os pensamentos. A percepção lida com a capacidade interna de convivência entre o mundo interno e o externo, recebendo informações como imagens mentais, em registro gestáltico, isto é, como referência ao processo de dar forma, de configurar e organizar. O movimento inicia-se com a imagem do sujeito velho, identificado pelo tempo, que o conduz a um final não estabelecido por um projeto. As mudanças acontecem em todos os instantes da vida, do momento da concepção à morte física.

Envelhecemos dentro do próprio tempo (tempo interno não cronológico), mas tempo “kairótico”. O tempo cronológico segue o tempo externo, medido pelas convenções sociais, nomeado por dias, horas, minutos e segundos. O tempo “kairótico” é mensurado e percebido subjetivamente, tempo interno que deve ser sempre construído, representado pelas experiências vividas.

Em kairós, segundo os gregos, há a dimensão do tempo que se abre a outras oportunidades, ocasião em que as possibilidades se encontram à disposição, segundo Pompeia e Sapienza (2004). O tempo não é algo fora do sujeito que determina nossa vida. Nós, com ele, passamos construindo nossa história de vida. Há a construção de relacionamentos que nos tornam sujeitos do e no mundo. No decorrer da vida, desejamos construir e reconstruir nossos desejos e projetos por meio dos momentos de ressignificação (POLATI, 2010).

A noção de temporalidade é transmitida pela sociedade ocidental, e se concretiza como sequência de fases a serem ultrapassadas, a partir de sucessivos fatos que, vividos progressivamente, levam a um fim determinado. O tempo, afirma Rubens Alves (2007, p.63), é medido com as batidas de um relógio ou com as batidas do coração.

Então, como nos damos conta dessas mudanças?

Em passagem do livro “A Alma Imoral”, Nilton Bonder destaca que corpo se manifesta como qualidade oposta à alma, e cada um representa as exigências da materialidade e imaterialidade.

O corpo é o produto, em determinado momento, de um passado. Seu maior interesse é a preservação, não apenas entendida como a manutenção do funcionamento orgânico, mas

como o apego, a forma que “gosta de si” e que momentaneamente percebe a imortalidade como a possibilidade de manutenção eterna. Já a alma é uma demanda desse corpo, inerente a ele mesmo, que vem desde o futuro. O potencial desse corpo no futuro ameaça o status quo do corpo e o seduz pela promessa de uma imortalidade a ser conseguida na melhor moldagem e adaptação desse corpo. O que nossa consciência apreende são esses dois desejos profundos do ser humano - entregar-se ao prazer de ser e ao de estar sendo. [...] A “alma” nos imortaliza com uma pequena ressalva: não é exatamente “a nós” que perpetua, mas nossa modificação. (BONDER, 1998, p.21)



Fig.31⁴⁰



Fig.32⁴¹

No grupo dos homens, leu-se o mito de Dédalo e Ícaro, assim resumido.

O pai Dédalo, para salvar a sua vida e de seu filho Ícaro, constrói asas para ambos escaparem voando da ilha de Creta. As asas são confeccionadas com penas de pássaros e coladas com cera. Dédalo pede ao filho que o ouça atentamente. Explica que não deve se aproximar demasiadamente do sol, pois derreteria a cera e as penas se soltariam. Ícaro, em sua jovial necessidade de experienciar novos caminhos, desobedece a seu pai, e em um voo mortal, segue cada vez mais alto, aproximando-se do sol e de sua morte. O pai se salva.

Eles não conheciam a história e mostraram-se bastante mobilizados, gerando reflexão sobre a atitude impetuosa do filho, que não ouve o pai. Diversas histórias

⁴⁰ Auto imagem da sra S.

⁴¹ Auto imagem sra B.

surgiram da vida presente: não ser ouvido pelos familiares, não possuir mais uma “voz” perante a família, pouca valorização. Além de enorme saudosismo, ressaltaram a importância de fatos e valorizaram os momentos vividos e os “tempos” de antigamente.

Sr. J. H. trouxe fotos da família da época de adolescente.

O sistema era outro naquele tempo. Fazia tudo em casa, molho de tomate, carne na banha de porco. Doze irmãos e nenhum virou ovelha negra. Foi uma fase boa, e com 14 anos comecei a trabalhar e ganhar meu dinheiro, e depois veio uma fase ruim.

Tive duas infâncias. Depois dos 19 anos que me tornei um indivíduo. Sempre achei que minha família fosse minha âncora, e depois disso me libertei. Sr C.(Fig.33)

A mãe e o pai é que classificava pra namorar. Se você desse conta de trabalhar como adulto tinha idade pra namorar e casar. Sr G.

Este momento tem a cor vermelha. Libertação. O céu clareou o mundo pra mim. Sr J. C.

Eu caminhava sozinho e comia milho e mandioca com casca. Sozinho no mundo. (o sr F. suspirou com tristeza).(Fig.34)



Fig.33



Fig.34

Diversos assuntos surgiram entre os homens. Envelhecimento e sexo, Viagra, homens velhos com mulheres jovens.

Homem velho com mulher nova é como comprar jornal e dar pros outros ler. Sr. G.

Um homem de 76 anos com uma mulher de 40 anos é um homem com condição financeira. É um homem que gosta de expor. Sr. J. C.

É uma fantasia querer ser jovem. Sr. C.

Mas todos falaram do desejo de ter companheiras carinhosas e cuidadoras. O sr F. contou que estava namorando uma senhora da Associação e que buscara uma pessoa para conversar. Houve grande aprendizado a partir das emoções que surgiram dos trabalhos e do conhecimento entre os participantes do grupo. Nery (2003) ressalta que o processo de vínculo resulta da aprendizagem de lógicas afetivas de conduta. Os homens foram reciprocamente solidários, tiveram compaixão entre si, reconheceram as dificuldades.

Valorizaram-se o aprendizado e o conhecimento da experiência individual e grupal. Iniciou-se o movimento de integração grupal, estimulando as trocas mútuas de habilidades.



Fig.35



Fig.36



Fig.37

Etapa três: idade adulta e envelhecimento. Reproduzimos fala de Pablo Picasso e Renoir:

Renoir certa vez me disse:
Aos vinte anos, qualquer pessoa pode ser um gênio...
Mas espere só ela chegar aos quarenta!
Pablo Picasso⁴²

Na terceira etapa, vivenciou-se a representação individual e grupal do processo de envelhecer. Surgiram perguntas:

De onde vêm minhas ideias, inspirações, minhas vontades, meu entusiasmo e meus desejos? Como reconheço minhas motivações? Onde está minha atenção?

Acompanhando a vida dos 35 aos 42, seguimos o momento da fase da consciência. A essência das coisas é mais importante do que os valores secundários; dos 42 aos 49 anos, desenvolvemos novos tipos de criatividade, e direcionamos as habilidades para fora e para dentro.

Para Jung (1984), na primeira metade da vida homens e mulheres consomem de forma desigual a provisão de substâncias masculinas e femininas. Os homens possuem apenas pequena quantidade de substância feminina, que acaba sendo utilizada depois dos 45 anos, no comando físico e especialmente no psíquico. O contrário acontece com a mulher, que até então recorria muito pouco à sua provisão masculina, passando a usá-la como potencial de inteligência. Várias crises matrimoniais acontecem no momento de mudanças. O homem descobre sua sensibilidade feminina e a mulher a própria inteligência.

Alcançamos as metas com força e coragem; dos 49 aos 56 anos adequamos nosso ritmo para algo mais próprio à idade madura. Aqui emergiria na pessoa liderança com maior discernimento. Jung (1984) assinala que ao nos aproximarmos do meio da existência, estabilizamo-nos cada vez mais em nossa atitude pessoal e em nossa posição social, marcando o momento como o da descoberta do curso de vida e do encontro com

⁴² Citação retirada do livro “Visões Secretas” (DUNCAN, D.D., 1978, p.1).

princípios e ideais de comportamento. O que acreditávamos como princípios se transforma em virtudes, engessando as ações nos vários aspectos da vida.

Na fase seguinte, dos 56 aos 63, o processo de envelhecimento se expressa principalmente no corpo, levando-nos a questionar as metas de vida.

O material escolhido foi o biscuit para o grupo feminino, utilizado como estímulo da formação simbólica.

Sou um pilão. Socava arroz no pilão, brincava e cantava. Sempre junto da minha irmã, que me chamava de branquela. Hoje me acho branca como uma louça e sinto melhor, me sinto rica. Sra. T. (Fig.38)

Sou um vaso com flores. Meu caminho é todo cheio de flores, os espinhos eu jogo fora. Sra. S.(Fig.39)

Sou uma fruteira de barro com frutas. A fruteira na minha casa não saía de cima da mesa. Vida na roça é muito feliz. Sem malícia. Sra. D.(Fig.40)



Fig.38



Fig.39



Fig.40

O grupo masculino utilizou concreto celular para esculpir formas, criando espaço para liberação de tensões. Esculpir em concreto ou madeira aumentaria a consciência cinestésica, aliviaria tensões, provocaria o encontro com o ritmo interno.



Fig.41



Fig. 42



Fig. 43



Fig.44

Os grupos iniciaram a partir daí intenso trabalho de criação. O grupo masculino utilizou pedaços de madeira para entalhar as sensações do processo de envelhecer. O feminino manteve a colagem com fios e lãs sobre papéis diversos. Por meio dos diferentes materiais e técnicas, e sensibilizados a experimentar novas possibilidades, buscaram o conhecimento que as técnicas artísticas possibilitaram acessar. Os grupos iniciaram reproduções das formas expressas nos trabalhos.

As matrizes compostas por relevos e sulcos, dos trabalhos de colagens com lãs e linhas e nos entalhes na madeira, permitiram a reprodução das imagens e formas em gravuras múltiplas de suas obras.

As partes que receberam tinta (guache) para impressão em papéis diversos foram trabalhadas seguindo os princípios de gravura e xilogravura. As partes planas e não trabalhadas da matriz não recebem cor ou ganham pouca cor, e as partes em relevo recebem toda a pregnância da cor escolhida, obtendo o avesso da imagem original.

Os grupos produziram diversas cópias dos trabalhos, investindo em improvisações em um sistema de questionamento sobre a identidade. As cópias foram colocadas em diferentes posições, acrescidas de outras, compostas de mil cores. Imagens surgiram, diferentes da matriz, em instigante processo de desvelar sensações e se sentirem instigados a seguir para o novo momento.

Um processo infinito de trabalhar a criatividade e a espontaneidade, em movimento de contato com o mundo interior e exterior dos grupos.



Fig.45



Fig.46

Dos 63 aos 70 recuperamos e ativamos as forças da infância, reativando as habilidades de assimilação e aprendizado. O que implica novos conhecimentos, nova

luz à vida, maior intuição. Jung (1984) assinala que a infância e a extrema velhice têm algo em comum, que é o mergulho no processo psíquico inconsciente. Jung não faz citação sobre o que chama de extrema velhice.

Entre 70 e 77 anos, o sujeito ainda está em contínua mudança. Ficamos mais suscetíveis a sonhar, cometer enganos e nos iludir mais facilmente. É um período no qual se reacenderiam velhos amores e paixões. Dos 77 aos 84 anos, fase das intuições, inspirações, surgem momentos para exercitar as virtudes. Período dos extremos, nos deixando levar a estados de depressão, desânimo e desespero, ou plena atividade criativa. Momento para saber lidar com as limitações do corpo físico, adaptando-nos à nova fase. Momento de praticar a vida interior meditativa, pois nos confrontamos com o medo da morte. Para Jung (1984), não chegaríamos aos 80 ou mais anos se a longevidade não tivesse significado para o ser humano.

Por isso, a tarde da vida humana deve ter também um significado e uma finalidade próprios, e não pode ser apenas um lastimoso apêndice da manhã da vida. (p.349)

O autor assinala que deveríamos compreender que as conquistas e objetivos acontecem na primeira metade da vida, entendendo que conquistas são ganhar dinheiro, status social, a família e cuidados com os filhos. Ao estendermos o objetivo natural do ser humano para a segunda metade da vida, passamos a cultivar o passado e não o futuro. Não enxergamos que existem distintos objetivos nessa etapa, como o desenvolvimento para se tornar útil e eficiente, ser um bom padrão para os filhos e para a sociedade. Os idosos que não conseguem viver as potencialidades, sentindo-se satisfeitos na velhice, veem os desejos e aspirações se voltarem para o passado, engessando os processos criativos de contextos que podem surgir na vida. É absolutamente essencial atar a perspectiva aos objetivos e propósitos de vida, olhando para o futuro. Jung ressalta que as religiões atrelam promessas para uma vida além da existência terrena, permitindo ao ser humano vivenciar conquistas e desejos no mundo supramundano. Como salienta Jung (1984), é possível imaginar, por exemplo, que estamos cientes de que o telhado da casa na qual moramos desabarà em dez dias. Todas as funções vitais ficarão afetadas por pensamentos da fatalidade que se aproxima, pensarei apenas nisso, enxergarei o desastre e suas consequências. Mas se por algum

motivo nos asseguram que se o telhado desabar nada nos acontecerá, viveremos nela segura e confortavelmente.

A religião representou nos grupos, especialmente no feminino, fonte de segurança e de aceitação resiliente. Diversas vezes ouviu-se a expressão: “Foi Deus quem quis”, “Deus vai me dar forças para vencer”. Desejava-se a superação de algum problema e de maior satisfação no que se refere à vida. O apego a Deus, assinala Jung (1980), é apelo a uma imagem arquetípica, uma experiência religiosa,

Na realidade, as representações de Deus, assim como todas as imagens oriundas do inconsciente se comportam de maneira compensatória ou complementar em relação à disposição fundamental, ou à atitude global do homem num dado momento; somente com o seu aparecimento se cumpre uma totalidade psíquica no homem. (p.163)

Deus surge como experiência emocional, invólucro de amorosidade e afetividade. As falas dos participantes demonstram que somos as nossas fases de vida entremeadas no corpo físico, mental, psíquico, espiritual, emaranhado de sensações vividas e desejadas.

CAPÍTULO 4

ARTETERAPIA COMO CUIDADO:

O CAMINHO DO RIO DA VIDA



Fig.47

Um aspecto importante no espaço grupal foi o surgimento de campo ativo de identificações que, por ressonância, conseguiu transmitir significados afetivos entre os membros do grupo, compondo configurações vinculares. As atividades grupais foram utilizadas como recursos para os momentos psicológicos, buscando nesse meio satisfação pessoal e apoio aos problemas e dificuldades que se apresentam. A interação grupal serve para manter autoconhecimento positivo face aos declínios comuns do envelhecer, como suporte social e redução de estresse.

O idoso se sentiria estressado em eventos que experimenta como ameaçadores ou quando sente que não possui habilidades apropriadas para enfrentar determinadas situações. A interação grupal fortaleceu a sensação prazerosa de segurança e cumplicidade.

A percepção do idoso sobre o seu “Eu” tem significativa importância em como enxergará os eventos da vida. Uma série de estudos reunidos por Deps (2009) concluiu que a atividade em si é fator determinante, que contribui para a satisfação pessoal nos idosos, o que reforça a importância da livre escolha de atividades potencialmente agradáveis. Os estudos revelaram que certas atividades surgiriam como meio de compensar as perdas comuns nessa fase, além de se tornarem meios para alcançar crescimento pessoal e ressignificação da existência. A partir de alguma atividade criativa e prazerosa o idoso obteria melhorias na saúde física e mental.

O mundo afetivo do idoso muda com o tempo, e tende a se empobrecer. Os filhos já não estão tão presentes, às vezes perderam os companheiros, os amigos, a atividade de trabalho, a vida sexual. Mas as figuras de apego continuam estampadas na memória. E são evocadas por poderosas fontes simbólicas. Fotos ou objetos, interações que materializariam a representação da tranquilidade afetiva internalizada na memória. A religião como símbolo simularia o reencontro com a “mãe” tranquilizadora, representada por “Deus”, com o auxílio de quem foi possível superar a angústia da separação.

Para Cyrulnik (2009), o mundo sensorial do idoso empobrece à medida que aumenta seu mundo interno de representações. Os idosos se apegam a simbolismos como forma de confiança, alegria, rigidez e sentimentos antagônicos. Com muito menor estresse, assinala Cyrulnik (2009, p. 151-152), os idosos tendem até

A se restringir a atividades em que se destacam e a lugares que conhecem, reforçando assim sua base de segurança íntima. Será isso a chamada sabedoria? Já não tem a possibilidade lógica de receber novas estampagens porque sua sinaptização está mais lenta. Mas podem organizar melhor a vida que lhes convém, reencontrar amigos de infância impregnados em sua memória, retomar com eles a conversa interrompida sessenta anos antes e se distrair com amigos ocasionais a quem se vinculam pouco.

Os idosos da pesquisa serviram-se do espaço de convivência com atuação multidisciplinar, possibilitando e auxiliando a manutenção da qualidade de vida, estabelecendo vínculos, permanecendo ativos social e mentalmente, participando de iniciativas que ocasionaram satisfação pessoal. Espaços que atuam por meio de ações

multidisciplinares, e aqui assinalamos a arteterapia, que tem resultados em nível geral, segundo Philippini, citado por Coutinho (2008, p. 75), de,

Redefinição positiva dos papéis e funções; facilitação da recuperação da autoestima de um segmento da população marginalizada. Em nível individual, segundo depoimento dos participantes: sentimento de bem-estar a partir da ampliação de expectativas socioculturais, diminuição de alguns sintomas apresentados durante processo de envelhecimento, tais como omissão, medo de participar, negativismo, depressão, rancor com os mais jovens, possibilidades de resgatar reminiscências e abordar vivências conflitivas.

Quanto mais se proporcionam programas de ações preventivas para os problemas biopsicossociais, para promoção e desenvolvimento das habilidades cognitivas e motivacionais, mais benefícios os indivíduos idosos terão nos aspectos gerais da vida (GODOY, 1997). A arteterapia serve aos propósitos da Política Nacional de Saúde do Idoso (1999), tendo como propósito basilar,

A promoção do envelhecimento saudável, a manutenção e a melhoria, ao máximo, da capacidade funcional dos idosos, a prevenção de doenças, a recuperação da saúde dos que adoecem e a reabilitação daqueles que venham a ter a sua capacidade funcional restringida, de modo a garantir-lhes permanência no meio em que vivem, exercendo de forma independente suas funções na sociedade. (PORTARIA n.º 1.395/GM, p. 21)

As associações-dia ou centros-dia são alternativa de espaços comunitários de apoio, estimulação e supervisão adequada para aumentar a qualidade de vida de pessoas idosas. Sem estar em situação de dependência, utilizam esses locais com o objetivo de não ingressar na situação. Portanto, espaços que desejam resposta social consistindo na prestação de um conjunto de serviços, os quais contribuem para a manutenção dos idosos no seu meio sociofamiliar e preservação do nível de vida dos mesmos.

Carl Jung, em citação extraída do livro de Nachmanovitch (1990, p.49), “Ser Criativo”, destaca que *a criação do novo não é conquista do intelecto, mas do instinto de prazer agindo por uma necessidade interior*. O autor afirma que uma *mente criativa*

brinca com os objetos que ama. A arteterapia utiliza os meios artísticos para estimular o movimento prazeroso de criar-se e se recriar.

Assim ocorrem ações criativas, indica Cyrulnik (2009, p.172), se “recuperarmos o estado original de liberdade de espírito em que nada tem a perder ou a ganhar”. No movimento de destravar a mente criativa o papel do facilitador no processo arteterapêutico é ouvir; o de cuidar, fonte da amorosidade.

Utilizamos para ilustrar o papel do facilitador arteterapeuta o conto “Escutar as pedras” de Paulo Barros (1994). O terapeuta na história é um “terapeuta-elefante”, constituído de grandes orelhas, sabendo ouvir muito bem, forte, tranquilo e amoroso. Nesse conto, escutar as pedras tem como referência o desejo de participar de um processo de cura.

O conto começa com a metáfora de que algumas pessoas são assim classificadas: duras e frias como pedras. O personagem é um sujeito que assim se tornou a partir das circunstâncias surgidas em sua história. Na infância nos deparamos com uma cena de angústia. Segundo o autor, a pessoa sentia o momento que vivenciava, mas não sabia muito bem o que se passava em sua casa. Ele continuava a viver a vida do dia a dia, indo à escola, brincando, até que descobre que sua mãe havia traído seu pai. Profundamente ferido, passa pelo transtorno da separação dos pais. Bem mais velho, resolve fazer terapia, e um amigo indica o “terapeuta-elefante”, pois ele, o sujeito, falava muito pouco sobre si, e precisaria de alguém que soubesse escutá-lo ampla e detalhadamente. Sempre que o terapeuta sentia que precisava dar maior atenção à fala do sujeito, sentindo que havia algo a ser ouvido, o “terapeuta-elefante” deixava de abanar as grandes orelhas e ficava atento. O processo entre eles se aprofundava, o vínculo se formava entre os dois, e cada vez mais acontecia que o “terapeuta-elefante” deixava de abanar as orelhas e o ouvia bem atentamente. Em certo momento, o sujeito, contando sua história, percebe que o coração havia sido ferido como se uma pedra o tivesse penetrado e se instalado dentro do peito. Pela primeira vez, depois de tanto tempo de angústia, sente o coração batendo no peito. Vê o “terapeuta-elefante” abanando as orelhas e mexendo todo o enorme corpo. E finalmente se sente tranquilo.

Talvez exista uma lenda, em algum lugar da África, contando que os elefantes sabem escutar as pedras, e que inclusive sabem identificar no meio de um monte de pedregulhos em qual deles

está preso um menininho. Escutar as pedras é fruto do desejo de referir uma possibilidade entre humanos: a função da cura. (BARROS, 1994, p.30)

O facilitador, no papel de arteterapeuta, ajuda a encontrar o caminho para a *cura*, auxiliando a localizar o significado para o que acontece. E assim “empresta suas orelhas para que o outro possa *se ouvir melhor*” (LELOUP, 2007, p.61).

Confrontamos alguns movimentos de *awareness* com os membros do grupo masculino. Processos surgiram ao contar histórias sobre como retirar a pedra que havia se instalado no coração. Alguns participantes choraram, o que significou formação de vínculo profundo entre os homens.

O sr. J.H. ressalta que obtemos e perdemos nas escolhas feitas. Mostrou um desenho no qual compreendeu que em seu caminho ainda havia vida, tinha a liberdade de fazer, ouvir e decidir. Começou a viajar mais vezes com a esposa, passou algum tempo com a filha que mora em outro país, iniciou atividades com os membros do grupo masculino. E a se cuidar.



Fig. 48

A palavra “cuidar”, segundo Boff (2011) se derivaria do latim *cura*, que se escrevia *coera* na forma mais antiga, empregada em situações nas quais se apresentavam relações de amor e amizade e toda a preocupação pela pessoa ou objeto amado. Existem distintas derivações da palavra “cuidado”, mas o cuidado sempre surge quando a existência de alguém importa, e com isso se desenvolvem zelo e atenção. Para

o autor, cuidado é mais do que virtude se comparada às demais, pois “é um modo de ser-no-mundo que funda as relações que se estabelecem com todas as coisas” (p.92).

No modo de ser-no-mundo concretizado pelo cuidado, as relações se dão entre sujeitos e seus valores, atuando constantemente entre ações e relações.

Cuidar das coisas implica intimidade, senti-las dentro, acolhê-las, respeitá-las, dar-lhes sossego e repouso. Cuidar é entrar em sintonia com, auscultar-lhes o ritmo e afinar-se com ele. A razão analítico-instrumental abre caminho para a razão cordial, o *espirit de finesse*, o espírito de delicadeza, o sentimento profundo. (BOFF, 2011, p.96)

A arteterapia oferece, pela qualidade da experiência, o bem-estar, atribuição de novos sentidos, ressignificação da percepção sobre a vida, socialização e integração dos participantes, inclusão de grupos minoritários, estimulação da criatividade, melhorando a vida, apesar das dificuldades que decorrem do processo de envelhecimento.

O sr. G. refez seu caminho recontando “casos”, incluindo saberes ao grupo. Ninguém conhecia o lado de contador de histórias do sr. G, que passou a ser visto e respeitado. Era uma pessoa bastante tímida e com enorme baixa estima, produzindo muito pouco, pois dizia não ter capacidade para qualquer atuação. Afirmava que estava esperando a morte, pois não tinha mais “valia”, frase constante. O grupo, ao reconhecer seus talentos, tornou sua maneira de ser um processo de ressignificação, valorizando suas aptidões. Ficou mais ativo, um piadista, com cantorias, ou entoando pequenos poemas.

Utilizando técnicas criativas e terapêuticas, a arteterapia permite o cuidado com o desenvolvimento individual e das relações sociais. Nesta pesquisa, cuidando de grupos de idosos, conectando-os e ajudando-os a se inserir em seu processo de vida. O que se vivencia pelo grupo arteterapêutico assume grandeza simbólica de aceitação, vínculo e colaboração (URRUTIGARAY, 2008).

Construímos nosso mundo a partir dos laços afetivos, assinala Boff (2011). Funcionamos no formato de entender e desenvolver o trabalho, não com visão calculista, analítica e objetiva, mas no contorno do sentimento, simpatia e empatia, dedicação e cuidado, na reunião com o diferente, com amorosidade.

A amorosidade, na perspectiva do biólogo chileno Humberto Maturana, reflete o amor como fenômeno biológico. O amor surge para o autor de interconexões e acoplamentos como ato de sobrevivência. O amor humano é uma das formas de acoplamento cuja interação é espontânea, por prazer e com consciência do outro. O amor humano está ligado ao conviver social, às condutas relacionais, ao fluir do viver.

Para Maturana (2009, p.86), *amar é a única emoção que expande o olhar em todas as dimensões relacionais e amplia o ver, o ouvir, o tocar*. Sem o amor, sentenciamos, não somos seres sociais. Por ele nos agregamos, nos solidarizamos, mantemos nossas atividades como pessoa. Sem o movimento da comunicação amorosa não existem relações entre os seres.

O grupo masculino, a partir do sr. C., um grande leitor, decidiu organizar a biblioteca da Associação-dia. Os membros produziram uma placa para a biblioteca, esculpida em pedaço de madeira, cujo espaço passou a ser compartilhado para leituras. Muitas vezes o utilizavam para conversas informais e trocas.

No trabalho com arteterapia, conteúdos inconscientes se concretizam em formas, linhas, pontos, texturas, cores, movimentos, palavras, ou quaisquer formas de expressão artística. Pela utilização das técnicas expressivas, percepções, sensações, pensamentos, sentimentos, crenças ou narrativas pela arte adotam corporeidade que amplia a comunicação entre o que somos e acreditamos ser, entre conteúdos conscientes e inconscientes.

Compete ao arteterapeuta lidar com o que pode ser visto, sem atuar como intérprete das produções, mas intervindo no encaminhamento de propostas que estimulem movimentos exploratórios de vida e propiciem experiências criativas. O arteterapeuta orienta, de acordo com o seu conhecimento, qual linguagem midiática será explorada ou que material se tornará mais adequado a cada momento da vivência de aprendizado do grupo e do indivíduo, propiciando à pessoa a ajuda de “cuidador”. O sujeito é parte ativa na relação terapêutica, e é ele quem desvela o que faz e dá sentido aos seus trabalhos, é quem constrói e desconstrói as histórias de vida.

O trabalho com arteterapia não segue movimento linear. A interação entre terapeuta e, no caso, a pessoa idosa, serve como propulsora de movimentos do devir, mudar, acontecer, mover. Não há ponto concreto a ser alcançado, mas desejo de cuidar,

ao mesmo tempo em que há a produção e indução ao novo, criando narrativas originais. Fala-se aqui da utilização e construção de recursos para promoção do cuidado à vida. Citando Jung (1980, p.331-332),

Uma explicação apropriada ou uma palavra de consolo, por ex., podem obter um efeito de cura que, em última análise, se estende até mesmo às funções glandulares. [...] As palavras não agem senão porque transmitem um sentido ou uma significação: é justamente aí que reside o segredo de sua eficácia. [...] Que a ficção se produza em mim interiormente, ou me atinja a partir do exterior, por meio da linguagem, pouco me importa: tanto num caso como no outro ela pode me adoecer ou restituir-me a saúde.

Complementando Jung, o biólogo Maturana (2009) assinala que a ajuda harmoniza o viver de quem a solicita, pois consegue livrar-se do estado anterior quando recupera o respeito e a confiança em si mesmo. A relação arteterapêutica propõe o silenciar imprescindível à introspecção, ao exercício do “olhar para si”, para o outro, e para as situações recorrentes, às ações e relações estabelecidas. Cuidar, na arteterapia, orienta-se pelo cuidar do ser, como corpo, como qualidade, como ajuda no encontrar-se, e como imagem de quem somos.

As imagens que nos habitam, assinala Jung (1984), são os arquétipos que o inconsciente expressa em sonhos e fantasias, ou por conteúdos pessoais inconscientes e situações conscientes condicionadas. São representações transcendentais, acima dos conhecimentos ordinários, que partem das observações sensoriais dos processos da natureza e de determinações íntimas da vida e do espírito. A expressão compreende o processo vital. Segundo o autor, a imagem primordial que chega à fase anterior à *ideia*. O símbolo é a captação da imagem ainda em estado indeterminado.

Isso foi percebido na sra. T., que revela autoimagem simbolizada por um círculo no qual há duas cores circunscritas. Ela se descreve como *meia-lua*. Observando a parte mais clara da cor rosada, afirmou que gosta muito de descobrir um pedaço nela que contém claridade. Antes, dizia, sentia-se no escuro, no desenho representado pela cor verde, e agora estaria “meio clara”. Afirmou que tinha a *mente fechada* e agora conseguia falar com as pessoas. “Lua nova, não tenho mais que chorar”.



Fig.49

O círculo, assinala Jung, é um símbolo que representa a imagem arquetípica da totalidade da psique, o símbolo do *self*, a unidade, a integração imutável. O simbolismo do yin-yang, do círculo dividido em duas metades, com a intenção de simbolizar a interdependência da luz na escuridão e vice-versa, escuridão na luz. Embora representem dois contrários, são símbolos da continuidade, simultaneidade, evolução e involução (CHEVALIER, 1982).

A sra. T. deixou a Associação depois deste trabalho. Soubemos que se casou novamente e estava muito bem. Cuidar do ser é cuidar da parte onde estão presentes as virtudes da pessoa. Cuidar envolve a relação do terapeuta com o indivíduo, em afinidade dialética.

Esta pesquisa desvelou o entremear dos movimentos apreendidos pelos sujeitos participantes. Os conteúdos elaborados pelos grupos serviram como criação de projetos que seguiram para distintas possibilidades, como tecer entre querer mais e a vida. Percebemos, após a elaboração dos trabalhos, sujeitos plenos de vontades, ideias e de vida. Experimentaram diversas técnicas, como aquarela e esculturas, sucatas, mudanças de hábitos e postura perante familiares e no convívio social.



Fig.50

A sra. T. P. pede ao filho, que havia voltado a morar com ela fazia um ano, depois de ter se separado da esposa, a mudar sua conduta dentro da casa, condicionando a ocupação dos espaços. Começa a criar regras e tomar decisões. No dia em que isso aconteceu, escreveu: “Eu consegui pôr meu filho na cama dele. Fiz ele levar toda a roupa embora”.

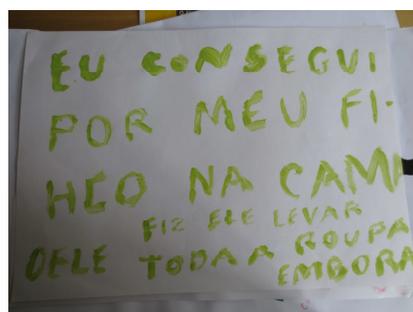


Fig.51

CONSIDERAÇÕES FINAIS

Cuidando do terreno

Ressaltamos que um recurso de cuidado, de atenção e de apoio no envelhecimento serve como prevenção para os fatores de dependência,⁴³ atuando como resposta às diversas necessidades dos indivíduos idosos.

Entendemos que uma das soluções é a manutenção de atividades regulares, conferindo significado e bem-estar às pessoas idosas, pelo compromisso que essas atividades impõem ou a oportunidade de se manterem ativos socialmente. Percebemos que compartilhar atividades grupais favorece oportunidades para a redescoberta de interesses, provocando trocas, garantindo apoio, suporte e inclusão social. Locais e programas para a terceira idade surgem para criar ambientes de trocas, nos quais o sujeito velho se identifica como parte de determinada geração.

A construção social de grupos geracionais estabelece valores para a convivência, e em nossa visão cria expectativas de conduta. Nossa experiência se deparou com uma atuação de conformação ou de aceitação desses grupos com os programas das atividades locais. Diversos idosos ao citarem as rotinas referiam com “humildade” agradecendo o que chamavam de “oferecimentos” aos recursos disponibilizados pelas Associações. Mesmo quando perguntados sobre o que gostariam de realizar sentiam uma necessidade de agradecer à equipe do local, ou a Deus, pela assistência prestada. Quando conheci a sra. D., ela utilizava parte da sua aposentadoria para comprar itens de higiene como forma de agradecimento pelo que recebia da Associação. Os idosos que participavam com ideias ou sugestões se sentiam ignorados com suas opiniões desconsideradas. Não havia mobilização entre eles para que reivindicassem seus desejos e vontades. Pelo sentimento de gratidão muitos idosos se vincularam aos espaços comunitários de modo assistencialista. A oferta de atividades em Associações Comunitárias deve estender suas ações às necessidades assistenciais e recreativas dos idosos, mas também devem ter um

⁴³ Dependência a que nos referimos neste estudo advém do resultado das mudanças que ocorrem no decorrer da vida e que englobam desde mudanças biológicas, como comprometimentos das condições de saúde; às transformações ocorridas no meio social, como perda de amigos, cônjuge e trabalho.

olhar para objetivos terapêuticos e de convívio social. Para tanto, estes espaços devem alcançar as qualidades de atividades que nutram o cuidar com estímulos e com apoio.

Nossa contribuição a esse fato se deu por meio da inclusão das atividades criativas, culturais ou sociais, com a participação ativa dos grupos. O indivíduo se situou em uma posição de atuação, bem informado e conhecedor do meio em que vivia, refletindo sobre sua condição. A compreensão formou-se a partir das imagens interiores expressas nos trabalhos nas distintas fases de vida. Os idosos, na dinâmica, aprenderam a aprender. Com isso houve um favorecimento ao prolongamento da independência e da autonomia pessoal.

A importância dos recursos psicológicos, dos recursos materiais e da presença dos demais é significativa, pois o idoso percebe o suporte como apoio do cuidar. Analisando essa certeza, compreende-se a imprescindibilidade de um tecido de suporte extenso nesses espaços comunitários, incluindo instrumental, informacional e emocional. Consta-se que são capazes de produzir poderosos resultados na prevenção de vários estados emocionais, especialmente colocar o idoso em atuação perante a vida. A importância de *ser* no mundo e de *ver* no mundo para a vida cotidiana, especialmente em relação à pessoa idosa, concretiza-se na assimilação dos processos criativos em um diálogo com o inconsciente.

No entanto, diversas questões surgem quando tratamos das fragilidades nas quais o idoso se insere. A pessoa idosa, por suas características perceptivas do mundo, cria dependências emocionais, e procura na comunidade acolhimento e cuidado. O que acontece quando, por exemplo, encontra-se um idoso que deseja conversar em uma fila de supermercado ou nas inúmeras consultas médicas, invariavelmente desejando atenção. Não está se afirmando, no entanto, que o idoso busca ajuda como um fator de acolhimento, mas em nossa experiência, pelos atendimentos domiciliares, se mostraram quadros de fragilidades fisiológicas conectadas às fragilidades emocionais.

Por essas características e pelo descrito neste estudo, surgem evidências no trabalho com idosos e arteterapia. A criatividade, nessa atividade, está na visualização de novos modos de ser, transformando a relação perceptiva do idoso com o mundo. Relacionando-se com ele, almeja experiências inéditas, em busca de um fazer diferente.

Deve-se compreender o que determina a manutenção da qualidade de vida⁴⁴ no envelhecimento percorre as escolhas comportamentais que envolvem fatores culturais, sociais e psicológicos. A cultura, envolvendo valores, percepções e preferências do comportamento familiar, ao lado de papéis e posições sociais, família e grupos de referência, exerce influência direta no comportamento pessoal. Emergem crenças, motivações e aprendizados que, memorizados, formam imagens e atitudes, sentimentos e tendências a ações e a atuações, estabelecendo padrões consistentes difíceis de alterar, o que nos leva a entender a expressão individual dentro dos grupos de convivência.

A arteterapia, como atividade do cuidar, mesmo em breves projetos, revela o *fazer* e o *criar* somente pelo ato criativo.

Nesta pesquisa, as rotinas estabelecidas nos Centros de Convivência contemplam os objetivos do Programa de Envelhecimento Ativo da Organização Mundial de Saúde (OMS), com uma programação diversificada de oficinas e atividades físicas, atividades culturais e educativas, que geram renda por meio de trabalhos manuais e atividades como saraus, cinema, teatro e bailes. Deve-se, no entanto, salientar que o idoso, dentro das especificidades vistas neste estudo, ao se deparar com fragilidades, especialmente os estados emocionais, com frequência não encontra nesses espaços projetos que acolham suas exigências.

Observamos que os idosos que frequentam centro-dia, quando em processo de fragilização, retornam ao lar e à família, retirados dos espaços de convivência. As perdas se agravam pela falta de contato com os iguais. Sua capacidade reguladora e adaptativa enfraquece. Vários autores confirmam que têm grande capacidade adaptativa, de ajustamento pessoal às mudanças das condições de vida, evidenciando a notável plasticidade⁴⁵ do *self*⁴⁶ dos idosos. O que se evidencia quando lidam internamente com dificuldades, como doenças, estados emocionais, cuidados recebidos, comparando-os a situações similares ou mais drásticas. Para isso, exige-se um viver comparativo, em situações de trocas e em convivência com os demais. Assim, reconstroem-se internamente, transformando suas crenças.

⁴⁴ Qualidade de vida neste estudo se refere ao bem estar emocional, relacionamento interpessoal, bem estar físico, desenvolvimento pessoal, inclusão social, direitos, bem estar material.

⁴⁵ Plasticidade como a capacidade que o cérebro tem de adaptar-se em função das experiências do sujeito, reformulando suas crenças em função das condições ambientes.

⁴⁶ Self, representando afastar-se do seu próprio comportamento e considerando-o pelo ponto de vista alheio.

O idoso isolado perde a identidade, torna-se solitário, o que gera dependência psicológica, isto é, provoca um estado de mal-estar e desconforto que aparece quando interrompe sua ação com o mundo externo. Percebem-se sintomas como ansiedade, maior dificuldade de concentração, depressão e raiva, estabelecendo com frequência queda geral no estado de saúde físico e mental, paralisando seu crescimento.

O desenvolvimento dos indivíduos deve incluir equilíbrio entre ganhos e perdas, implicando o envelhecer na busca de formas adaptativas das capacidades compensatórias individuais, que, por sua vez, garantem qualidade de vida. Significa afirmar que, mesmo com perdas, os idosos geram movimentos de ajustes, transformando seu comportamento, substituindo-os por outros, ainda inexistentes, ou adequando-os à realidade atual. Para isso, o cuidar deve ocorrer ao se aplicar um suporte sob a visão de múltiplos conhecimentos com o caráter transdisciplinar de estar aberto ao outro.

Quando se discorre sobre atividade arteterapêutica, constata-se que suas ações são prazerosas, com conseqüências positivas, de satisfação pessoal. Programas como o deste estudo, inseridos em associações de idosos, evidenciam a plasticidade cerebral, restabelecendo percepções do mundo e provocando mudança de atitude perante a vida.

Para isso, deve-se reconhecer que a arteterapia permanece distante de estar integrada às áreas envolvidas no cuidar gerontológico. O cuidar, no entanto, não está presente somente no âmbito do conhecimento e da tecnologia da saúde. Cuidar é a relação dialógica entre sujeitos. Ouvir e ser ouvido, contar histórias e por elas ser representado e modificado, escutar o que o outro tem a dizer.

Ratifica-se aqui que a arteterapia serve-se do espaço de cuidar e ser cuidado. O movimento de cuidar surge da capacidade de criar a partir das trocas, abrindo espaço para o modo de ser, revelando habilidades e estilos quando se faz e se interage.

Um programa de arteterapia em centro-dia e associações comunitárias estimula a criatividade, e o idoso adquire distintos hábitos e aprendizados. Nos registros deste estudo, percebe-se que a arteterapia desvela uma saída para a crença que versa sobre a incômoda inutilidade e estagnação em seu processo de desenvolvimento. Dessa atitude passiva caminha em direção a uma posição de sujeito criador, com valores e possibilidades de se desenvolver.

Esperamos que este estudo seja um projeto possível de aplicação no espaço diário das associações comunitárias-dia, centros-dia, Unidades Básicas de Saúde⁴⁷ (UBS), Centros de Convivência. Desejamos que seja visto como cuidado para o envelhecer digno, promoção da saúde e do bem-estar de pessoas mais velhas. Diversos projetos sociais e públicos oferecem atividades à população idosa, porém sentimos que ainda existe a necessidade de serem aprimorados aqueles cujo objetivo é ampliar o conhecimento do envelhecer. Em consequência, ser vivido como parte natural do ciclo existencial, com oportunidades e participação plena nas atividades sociais, o indivíduo se desenvolvendo e se sentindo satisfeito e integrado.

O cuidar gerontológico com arteterapia inclui preservar a integridade emocional do idoso, objetivando a sua autonomia na busca da independência, tornando-o membro ativo e construtor da existência.

Justifica-se, portanto, a criação de programas que utilizem a atividade arteterapêutica do cuidar. Neste estudo sistematizado, a ação arteterapêutica lhes foi apresentada sob diversos modos de expressão e comunicação, com o desejo de se transformarem em conhecedores de si mesmos e de suas possibilidades de agir no mundo, ajudando-os a retomar o controle da vida.

Terminamos este estudo com a poeta Cora Coralina,⁴⁸ que tivemos o prazer de conhecer nos anos 70, exemplo de utilização da arte criativa como forma de desenvolvimento pessoal. Por fim, registramos nosso mais profundo agradecimento ao encontro que o estudo proporcionou.

Não sei se a vida é curta ou longa para nós, mas sei que nada do que vivemos tem sentido, se não tocarmos o coração das pessoas. Muitas vezes basta ser: colo que acolhe, braço que envolve, palavra que conforta, silêncio que respeita, alegria que contagia, lágrima que corre, olhar que acaricia, desejo que sacia, amor que promove. E isso não é coisa de outro mundo, é o que dá sentido à vida. É o que faz com que ela não seja nem curta, nem longa demais, mas que seja intensa, verdadeira, pura enquanto durar. Feliz aquele que transfere o que sabe e aprende o que ensina.
Cora Coralina

⁴⁷ Unidades Básicas de Saúde (UBS) ou Postos de Saúde são locais onde se recebe atendimentos básicos e gratuitos nas várias áreas da saúde.

⁴⁸ Cora Coralina, lança seu primeiro livro aos 76 anos de idade.



Fig.52⁴⁹

⁴⁹ Contorno de corpo em arame com flores trabalho da sra.D.

REFERÊNCIAS BIBLIOGRÁFICAS

- AGGIO, J., **A percepção como um tipo de alteração segundo Aristóteles**, Revista de Filosofia, Argumentos, Ano 1, N°. 2, p.13-22, 2009
- ALVES, R., **As cores do crepúsculo: a estética do envelhecer**, Campinas, SP, Papirus, 2004
- ARCURI, I.G., **Arteterapia e o corpo secreto**, Técnicas expressivas coligadas ao trabalho corporal, São Paulo, Ed. Vetor, 2006
- ARNHEIM, R., **Arte&Percepção Visual**, Uma Psicologia da Visão Criadora, São Paulo, Pioneira&Thomson, 2002
- CAPRA, F. A., **Teia da Vida** uma nova compreensão científica dos sistemas vivos, São Paulo, Ed.Cultrix, 2006
- BACHELARD, G., **A poética do espaço**, Rio de Janeiro, Eldorado Tijuca, s.d.
- BEAUVOIR, S., **A Velhice**, Rio de Janeiro, Ed. Nova Fronteira, 1970
- BOBBIO, N., **O tempo da Memória**, Rio de Janeiro, Ed. Campus, 1997.
- BRUM, E., **Me chamem de velha**. Disponível em <<http://advivo.com.br/blog/luisnassif/me-chamem-de-velha-por-eliane-brum>>. Acesso em 20/05/2012.
- BRUSCIA, K. E., **Definindo Musicoterapia**, Rio de Janeiro, Enelivros, 2000.
- BURKHARD, G., **Homem Mulher**. A integração como caminho de desenvolvimento, São Paulo, Ed. Antroposófica, 2007
- _____, **Livres na terceira Idade!** Leis biográficas após os 63 anos, São Paulo, Ed. Antroposófica, 2004
- _____, **Tomar a vida nas próprias mãos**. Como trabalhar na própria biografia o conhecimento das leis gerais do desenvolvimento humano, São Paulo, Ed. Antroposófica, 2006

CIORNAL, S. (Org.), **Percursos em Arteterapia**, vol. 62, São Paulo, Ed. Summus Editorial, 2004

CHEVALIER, J.; GHEERBRANT, A., **Dicionário de Símbolos**, Mitos, sonhos, costumes, gestos, formas, figuras, cores, números, Rio de Janeiro, Editora José Olympio Ltda, 1982

CORALINA, C., Disponível em <http://pensador.uol.com.br/poemas_de_cora_coralina/> Acesso em 2 de agosto de 2012.

COSTA, V.C., Algumas reflexões sobre o trabalho sobre o trabalho arte terapêutico com grupo de terceira idade, **Imagens da Transformação**, v. 10, n.10, pp.183-186, Rio de Janeiro, 2003.

COUTINHO, V., **Arteterapia com idosos**, ensaios e relatos, Rio de Janeiro, WAK Editora, 2008

CYRULNIK, B., **Os alimentos afetivos**, Livraria Martins Fontes, São Paulo, 2007

_____, **De corpo e alma**, a conquista do bem-estar, Livraria Martins Fontes, São Paulo, 2009

D'ACRI, G.; LIMA, P.; ORGLER, S., **Dicionário de Gestalt-terapia**. gestaltês, São Paulo, Summus, 2007

DAMÁSIO, A. R., **O Erro de Descartes**: Emoção, Razão e o Cérebro Humano, São Paulo, Companhia das Letras, 1996

DEPS, V. L., Atividade e bem-estar psicológico na maturidade, **Qualidade de Vida e idade Madura**, NERI, A.L.(Org.), p.57-82, Papirus Editora Campinas, S.P., 2009

DEWEY, J., **Arte como experiência**, São Paulo, Martins Editora Livraria Ltda., 2010

DIETRICH, A., The cognitive neuroscience of creativity. **Psychonomic Bulletin and Review**, 11, p. 1011-1026, 2004

DUARTE, R., **Cultura e alteridades: confluências**, Cultura e Alteridade: questões conceituais, II Seminário Nacional de Filosofia e Educação: Confluências, TREVISAN, A.L., TOMAZETTI, E.M., (orgs.), pp.11-20, Ijuí, R.S., 2006

ESTÉS, C.P., **A ciranda das mulheres sábias**. Ser jovem enquanto velha, velha enquanto jovem, Rio de Janeiro, Rocco, 2007

FAGALI, E. **Múltiplas faces do aprender** - novos paradigmas da Pós-modernidade. São Paulo: Unidos, 2001.

FREUD, S., **Obras Completas**, vol.17, Rio de Janeiro, Ed. Imago, 1985

GODOY, M.F.G., Criatividade: Reconhecendo sua Importância na Velhice, In: **Revista Kairós Gerontologia**, v. 5, n. 3, p. 126 -129, São Paulo, EDUC, 1997

GOLDFARB, D.C. , Velhices fragilizadas: espaços e ações preventivas, In: **Velhices: reflexões contemporâneas**, p.73-85, São Paulo, SESC:PUC, 2006

GONÇALVES, T.F., Questões acerca da Arteterapia, **Arteterapia com grupos**, Aspectos teóricos e práticos, SEI, M.B.;GONÇALVES, T.F. (Orgs.), Parte 1, p.27-44, Casapsi Livraria e Editora Ltda, São Paulo, 2010

GOSWAMI, A., **Criatividade Quântica**. Como despertar o nosso potencial criativo, São Paulo, Ed. Aleph, 2008

GRANA, J. (org.), **Images, Women in Transito**, Winona, Minnessota, Tt. Marys College Press, 1977

HEIDEGGER, M., **Ser e Tempo**, Rio de Janeiro, Ed. Vozes, 1986

HINZ, L., **Expressive Therapies Continuum**. A framework for using Art in Theraphy, New York, NY, Routledge Taylor&Francis Group, 2009

JUNG, C. G., Psicologia da religião Ocidental e Oriental, **Obras completas de C. G. Jung**, vol. XI, Petrópolis, R.J., Ed. Vozes Ltda, 1980

_____, **Tipos Psicológicos**, 4ªedição, Rio de Janeiro, Zahar Editores, 1981

_____, A Dinâmica do Inconsciente, **Obras Completas de C.G, Jung**, vol.VIII, Petrópolis, RJ, Ed. Vozes, 1984

_____, **A natureza da psique**, Petrópolis, RJ, Ed. Vozes, 1984

_____, **O Espírito na arte e na ciência**, Petrópolis, RJ, 1985

JUNG, C. G.; FRANZ, M. L. V.; HENDERSON, J. et al, **O Homem e seus símbolos**, Rio de Janeiro, Ed. Nova Fronteira, 1964

KAGIN,S.L.&LUSEBRINK,V.B., The expressive therapies continuum, IN: GANTT, L.; Forest,G.; SILVERMAN,D., & R.J. Shoemaker(Eds.), **Proceedings of the Ninth Annual Conference of the American Art Therapy Association**, 9, 4, 1978a

_____, The expressive therapies continuum, **Art Psychotherapy**, 5,171-180, 1978b

KUNDA, Z., **Social cognition**, Cambridge, MIT Press, 1999

LIEBMANN, M., **Exercícios de Arte para Grupos**, Um manual de temas, jogos e exercícios, São Paulo, Summus Editorial Ltda, 2000

LUSEBRINK, V.B., Art therapy and the brain: An attempt to understand the underlying processes of art expression in therapy, IN: **Arts Therapy**, 21, 125-135, 2004

_____, **Imagery and visual expression in therapy**, New York, Plenum Press, 1990

_____, Introdução, IN: **Expressive Therapies Continuum**, A framework for using Art in Therapy, HINZ, L.D., Taylor&Francis Group, LLC, USA, 2009

MATURANA, H. R., **Cognição, ciência e vida cotidiana**, Belo horizonte, Ed. da UFMG, 2001

MATURANA, H. R.; VARELA, F. J., **A árvore do conhecimento**. As Bases Biológicas da Compreensão Humana, Trad. Mariotti, H.;Diskin, L., São Paulo, Palas Athena Editora, 2010

MATURANA, H. R.; YANES, X. D., **Habitar Humano** em seis ensaios de Biologia-Cultural, São Paulo, Palas Athena Ed., 2009

MAULRAUX, A., Disponível em <<http://imagesvisions.blogspot.com.br/2011/07/o-museu-imaginario-de-andre-malraux.html>>. Acesso em 12 de Julho de 2011.

MAY, R., **A Coragem de Criar**, trad. Rodrigues, A. S., 5º ed., Rio de Janeiro, Ed, Nova Fronteira, 1975

MERLEAU-PONTY, Maurice. **Fenomenologia da percepção**. Rio de Janeiro; Livraria Freitas Bastos, 1971.

MINISTERIO DA SAÚDE, Secretaria de Atenção à Saúde, **Guia prático do cuidador**, Série A. Normas e Manuais Técnicos, nº.1, p.7, Brasília, DF, 2008

_____, Atenção à Saúde da Pessoa Idosa e Envelhecimento, **Série Pactos pela Saúde 2006**, v. 12 , Secretaria de Atenção à Saúde Departamento de Ações Programáticas e Estratégicas Área Técnica Saúde do Idoso, Brasília – DF, 2010

MINISTERIO DO DESENVOLVIMENTO SOCIAL E COMBATE À FOME, **Política Nacional do Idoso**, Lei nº. 8.8421/94, Cap.I, Da Finalidade, Art. 1º, 2007 , Disponível em <<http://www.mds.gov.br/gestaodainformacao/biblioteca/secretaria-nacional-de-assistencia-social-snas/cadernos/politica-nacional-do-idoso/politica-nacional-do-idoso/?searchterm=politica%20nacional%20do%20idoso>>. Acesso em 16 de Agosto de 2011.

MONTEIRO, P. P., **Envelhecer**: histórias, encontros, transformações, Belo Horizonte, Ed. Autentica, 2001

NACHMANOVITCH, S., **Ser criativo**. O poder da improvisação na vida e na arte, São Paulo, SUMMUS Editorial, 1990

NERI, A. L., O legado de Paul B. Baltes à Psicologia do Desenvolvimento e do Envelhecimento, IN: **Conferencia apresentada por ocasião da XXXVII Reunião Anual da Sociedade Brasileira de Psicologia**, Florianópolis, 2007.

NERY, M. P., **Vínculo e Afetividade**. Caminhos das relações Humanas, São Paulo, Ed. ÁGORA, 2003

OMS, **Envelhecimento Ativo: uma Política de Saúde**, World Health Organization, tradução GONTIJO, S.,Brasília, Organização Pan-Americana da Saúde, 2005.

OSTROWER, F., **Criatividade e processos de criação**, Rio de Janeiro, Ed. Vozes, 1997

PHILIPPINI, A., Universo Junguiano e Arteterapia, In: **Revista de Arteterapia Imagens da Transformação**, vol.II, Rio de Janeiro, Pomar, 1995

_____, Materialidade em Arteterapia, In: **Revista Imagens da Transformação**, vol.VI, Rio de Janeiro, Pomar, 1999

PORTARIA Nº.1395/GM, **Política Nacional de Saúde do Idoso**, item 2, Propósito, 3º parágrafo,p.7,1999. Disponível em

<http://dtr2004.saude.gov.br/susdeaz/legislacao/arquivo/Portaria_1395_de_10_12_1999.pdf>. Acesso em: 16/08/2011

PORTELLA, M.R.; ORMEZZANO,G., Arteterapia no cuidado gerontológico: algumas reflexões sobre vivências criativas na velhice e a educação do cuidador, In: **Envelhecer com Sabedoria**, TOMMASI, S.B.; ORMEZZANO, G., (orgs.), São Paulo, Ed. Paulinas, 2010.

RHYNE, J., **Arte e Gestalt**, São Paulo, Ed. Summus Editorial, 2000

RODRÍGUEZ, T.M., **Centros de Atención Diurna para Personas Mayores**. Atención a las situaciones de fragilidad y dependencia, Madrid, Espanã, Editorial Médica Panamericana,S.A., 2010

SAES, S.F.de A., **Percepção e imaginação**, São Paulo, Ed. WMF Martins Fontes, 2010

SANDOR, P. et al, Introdução, In: **Técnicas de Relaxamento**, São Paulo, Ed. Vetor, 1982

SARTI, C.A., **A família como ordem simbólica**. Revista Psicologia, USP, v. 15, n. 3, pp.11-28, 2004 .

SEI, M.B.; GONÇALVES,T.F.(orgs.), **Arteterapia com grupos**. Aspectos teóricos e práticos, São Paulo, Casa do psicólogo, 2010

SOUSA, L.; CERQUEIRA, M., Influência do gênero nas imagens da velhice: um estudo exploratório na população portuguesa, In: **Revista Kairós**, v.9, n.2, p. 70-71, São Paulo, EDUC, 2006

SOUZA, S. R., Pintura e inconsciente, In: **Depressão e envelhecimento: saídas criativas**, pp.61-70, Rio de Janeiro, Revinter, 2002.

PAÍN, S., **Os fundamentos da arteterapia**, Petrópolis, Rio de Janeiro, Ed. Vozes, 2009

TURATO, E. R., **TRATADO da metodologia da pesquisa clínico-qualitativa**, Rio de Janeiro, Ed. Vozes, 2003

WECHSLER, S.M., **Criatividade: Descobrimo e Encorajando**, Campinas, Ed. Psy, 1993

UBAAT, Disponível em <<http://www.ubaat.org/>>. Acesso em 10 de Maio de 2012.

URRUTIGARAY, M.C., **Arteterapia. A transformação pessoal pelas imagens**, Rio de Janeiro, WAK Editora, 2008