

A ARTETERAPIA NA ABORDAGEM JUNGUIANA: UM PROCESSO DE MUDANÇA NA AQUISIÇÃO DE AUTOCONHECIMENTO

Carina Silva Caetano¹, Barbara da Silva Machado², Jade Giorgio³,
Alessandro Sodré⁴, Andrea Olimpio de Oliveira⁵

Resumo: O presente artigo busca apresentar uma breve discussão acerca da Arteterapia na abordagem Junguiana. Uma pesquisa realizada como parte do conteúdo disciplinar, ministrada pela professora Andrea Olimpio de Oliveira, Orientadora da atividade desenvolvida por alunos do nono período do curso de psicologia, Faculdade de Ciências Biológicas (Univiçosa). A presente pesquisa evidencia a capacidade de mudança na obtenção de autoconhecimento a partir da Arteterapia. Proporcionado uma visão holística sobre as questões subjetivas. Este artigo mostra uma predisposição do mundo através da arte, música, desenho, pintura, assim por diante.

Palavras-chave: Abordagem junguiana, arteterapia, autoconhecimento.

Introdução

Ao identificar através da literatura estudada a importância da Arteterapia no processo de mudança para aquisição de autoconhecimento, buscamos entender a partir da abordagem Junguiana este método de aplicação, no qual o ser humano expressa de forma inconsciente sentimentos, emoções que estão internalizado

¹Graduanda em Psicologia – FAVIÇOSA/UNIVIÇOSA. carinascaetano88@gmail.com

²Graduanda em Psicologia - FAVIÇOSA/UNIVIÇOSA. barbarasm18@hotmail.com

³Graduanda em Psicologia - FAVIÇOSA/UNIVIÇOSA. jadegiorgio_synergy@hotmail.com

⁴Graduanda em Psicologia -FAVIÇOSA/UNIVIÇOSA. alessandrosodre2@gmail.com

⁵Docente do curso psicologia - FAVIÇOSA/UNIVIÇOSA. andrea.olimpioeoliveira@gmail.com

dentro de si próprio. Visto que a arte permite que o indivíduo explore conteúdos latentes na busca por um autoconhecimento. Consequentemente, observamos que há um entrelaçamento entre a Arteterapia e a Psicologia Analítica:

Pois Jung (2011) ressalta que o homem deve ser visto por inteiro, ou seja, como um todo; pertencente a uma comunidade, num determinado momento, não poderia, portanto, ser visto dissociado do seu contexto social, cultural e universal. E na Arteterapia esta possibilidade, de nos encontramos com o “todo”, é facilitado pelas expressões artísticas, que trazem os conteúdos do consciente e do inconsciente (JUNG, 2011 apud FIORINDO, 2014, p.1).

Diante do trecho acima mencionado, a forma de expressão através de desenhos, pinturas, história, dentre outras demonstrações artísticas, permite que o sujeito traga para a sua consciência conteúdos que estavam obscuros e que foram expostos, sendo visto como um todo através da Arteterapia.

Desta forma, pode-se afirmar que a arte em Arteterapia, não domina em um aspecto somente secundário, mas também em condições essenciais que favorecem a motivação de expressões criativas para alcançar um bem-estar consigo e com o mundo que o cerca, permitindo até mesmo a resolução de conflitos internos que o sujeito carrega ao longo da vida. Conforme Philippini (2000), a arteterapia resgata a promoção, a prevenção e a expansão da saúde:

Pois, a Arteterapia auxilia a resgatar desbloquear e fortalecer potenciais criativos, através de formas de expressão diversas, ademais facilita que cada um encontre, comunique e expanda a seu próprio caminho criativo e singular, favorecendo a expressão, a revelação e o reconhecimento do mundo interno e inconsciente. Destaca ainda, que em Arteterapia com abordagem Junguiana, o caminho será fornecer suportes

materiais adequados para que a energia psíquica plasme símbolos em criações diversas. Estas produções simbólicas retratam múltiplos estágios da psique, ativando e realizando a comunicação entre inconsciente e consciente. Este processo colabora para a compreensão e resolução de estados afetivos conflitivos, favorecendo a estruturação e expansão da personalidade através do processo criativo (PHILIPPINI, 2000 apud XAVIER, 2012).

Essas aquisições de mudanças no indivíduo sobrevivem a partir das intervenções teóricas (Arteterapias) como meios de mediar estas possíveis divergências em relação aos próprios conteúdos inconscientes, pois trata-se de recursos apropriados no qual implica-se nas elaborações de propostas que fazem exprimir o contado do sujeito com ele mesmo, obtendo-se resultados eficientes de autoconhecimento e um entendimento do mundo externo.

Justifica-se a proposta desta pesquisa como recurso de reflexão acerca da arteterapia como um processo terapêutico.

O objetivo do trabalho é mostrar a arteterapia na abordagem Junguiana como meio de intervenção considerável para obtenção do autoconhecimento.

Resultados e Discussão

De acordo com o exposto sobre a arteterapia em alguns de seus principais aspectos podemos perceber como a arte tem se consagrado como um instrumento importante para o trabalho do psicólogo. Ela enxerga o ser humano como capaz de criar e de recriar-se, um ser em constante mudança, sendo a arte um catalisador nesse processo, pois ela possibilita ao homem o poder de se expressar e de agir perante o mundo.

Seja a atividade artística concebida como projeção do inconsciente, expressão do self ou como função de contato na autopercepção, a arte se revela em todas elas como um meio de

objetivação da subjetividade. O resultado dessa criação artística é sempre um reflexo daquele que a criou, pois nela ganham formas seus desejos, emoções, sentimentos e ideias. Essa criação pode ser compreendida como um quase sujeito, pois quando a pessoa cria é sobre si mesmo que ele está relatando. A função terapêutica da arte se inicia então com essa autodescoberta, aprofundando-se à medida que, na atividade desenvolvida, o sujeito também se redescobre em novas formas, podendo reinventar-se como outro.

Na atividade artística, o sujeito expressa não só aquilo que ele é mas também o que ainda pode ser, construindo através da arte outros modos para realizar seus objetivos mais profundos e, a partir daí, pensar em se reconstruir na vida, a partir de um novo olhar acerca de si mesmo e acerca do mundo. Isso acontece porque a vivência da arte traz uma abertura para o Eu que desejo ser. Essa experiência proporciona ao sujeito um contato com o diferente, com o inesperado, com o novo, fazendo com que ele enxergue uma forma de percepção diferente do cotidiano, passando a ter uma visão sensível e criativa.

Trabalhar com artes ajuda no desenvolvimento pessoal e emocional. O inconsciente se torna mais acessível com símbolos do que com palavras, por isso o uso das artes facilita o processo de reflexão e seu desenvolvimento. Pode-se comunicar e expressar muito mais através das artes, principalmente de forma inconsciente, já que as imagens transmitem mais do que palavras e oferecem um meio seguro para explorar temas difíceis.

Às vezes é difícil expressar certos sentimentos pelas vias mais tradicionais, é por isso que a arteterapia, por ser uma ferramenta que utiliza e desenvolve a expressão, pode ajudar a dar forma a aqueles pensamentos e sentimentos que não conseguimos verbalizar.

Conclusões

Podemos concluir com base na teoria de Jung de que o processo do indivíduo no conhecimento de si mesmo está ligada ao

inconsciente, e que se efetiva pela interação entre o inconsciente e o consciente. Consta-se que a arte ajuda o processo de individuação, por se constituir no instrumento ideal para o indivíduo expressar emoções. Assim conclui-se, que o processo do autoconhecimento é o responsável pela incorporação do homem com seu mundo interior, podendo assim estabelecer um entendimento melhor do mundo exterior.

Agradecimentos

Agradeço à Faculdade de Ciências Biológicas e da Saúde e à professora Andrea Olimpio de Oliveira por disponibilizar esta oportunidade de pesquisa.

Referências Bibliográficas

FIORINDO, P. P. **Arteterapia e Psicologia Analítica**. Bahia, 2014. Disponível em:
<http://revistapandorabrasil.com/revista_pandora/arteterapia%20_61/priscila.pdf> Acesso em: 09 Mar. 2018.

PSIQUE OBJETIVA. O que é a Arteterapia de abordagem Junguiana? 2012. Disponível em:<<https://psiqueobjetiva.wordpress.com/2012/09/03/o-que-e-a-arteterapia-de-abordagem-junguiana/>> Acesso em: 10 Mar. 2018.

REIS, A. C. **Arteterapia: A Arte como Instrumento no Trabalho do Psicólogo** 2014. Disponível em :
<http://www.scielo.br/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1414-98932014000100011> Acesso em : 10 Mar. 2018.