

Revista Transdisciplinar

Uma oportunidade para o Livre Pensar

Vol. 6 - Ano 3 - Nº 6 - Julho / 2015

<http://revistatransdisciplinar.com.br/>

ISSN 2317-8612

www.artezen.org

5 – ARTETERAPIA PARA DEPENDENTES QUÍMICOS

Dinailde dos Santos Machado*

Resumo

A utilização das linguagens artísticas (música, dança, teatro e artes plásticas) como um todo, permite que cada indivíduo expresse a sua criatividade, sensações, sentimento e emoções promovendo o bem-estar psíquico do indivíduo. O presente trabalho tem por objetivo relatar as intervenções arteterapêuticas e os benefícios da Arteterapia no resgate da autoestima das pessoas que têm transtornos decorrentes do uso e abuso de substâncias psicoativas (SPA). As atividades foram realizadas em Comunidade Terapêutica - Centro de Prevenção ao uso de Drogas com um grupo de 14 participantes, de forma lúdica, através de técnicas de relaxamento, dinâmicas e trabalhos plásticos, que são relatados e analisados como uma passagem preventiva da desconstrução do ser, o que favorece o autoconhecimento. Para isso foram utilizados referenciais da Psicologia Junguiana, onde dentro do processo arteterapêutico que utiliza não somente a comunicação verbal, como também a “não verbal”, permite o contato com os símbolos desconhecidos do inconsciente através das produções de materiais expressivos, facilitando a resolução de conflitos interiores e proporcionando uma melhor qualidade de vida decorrente das mudanças psíquicas adquiridas através das sessões. Assim pode-se perceber que o importante nesse percurso é a transformação do cliente, e reconstrução do sujeito internamente.

Palavras Chave: Arteterapia; autoconhecimento; dependência química; dinâmicas terapêuticas; criatividade.

Introdução

A Arte sempre esteve presente desde os primórdios da humanidade. Na Grécia antiga muitas pessoas enfermas se aglomeravam para participar de tratamentos diferenciado usando as danças, rituais

religiosos de cura por meio das pinturas, infusões e manifestações artísticas, cujo intuito era o de trazer a proximidade com os deuses. Ela é um valioso agente de inclusão, pois muitas pessoas conseguem expressar

* **Dinailde dos Santos Machado** - Arteterapeuta Junguiana - Instituto Junguiano da Bahia / IJBA – FBDC – Escola Bahiana de Medicina e Saúde Pública - Salvador- BA. Especialista em Educação Inclusiva / FTC - Faculdade de Tecnologia e Ciências - Salvador –BA) e Educação Especial / AEE – Atendimento Educacional Especializado - UFSM / UNEB. Graduada em Licenciatura em Música pela Universidade Federal do Rio Grande do Sul /UFRGS. Graduada em Licenciatura em Biologia pela Faculdade de Tecnologia e Ciências (FTC) – Salvador-BA.

seus sentimentos e por em prática a sua criatividade por seu intermédio.

A Arteterapia é um processo terapêutico que propõe a utilização de modalidades de expressões artísticas (as linguagens plásticas, sonora, dramática, corporal e literária, envolvendo as técnicas de desenho, pintura, modelagem, construções, sonorização, musicalização, dança, teatro e poesia), como ferramentas para um tratamento (psico) terapêutico, propondo o desenvolvimento que resgata, ativa e expande as possibilidades criativas do cliente, que servem para a materialização de símbolos presentes no inconsciente.

Em 1920, Jung¹ utiliza-se da expressão artística no tratamento psicoterápico em favor dos seus pacientes, solicitando-os a desenharem de forma livre as imagens de seus sonhos e conflitos.

Segundo Urrutigaray (2003):

Aquele que tem acesso à arte ou ao “fazer artístico” está tendo a oportunidade de desenvolver ou de configurar habilidades, as quais são, por sua vez, reveladoras da estrutura intelectual ou cognitiva de quem as realiza, assim como também de seus sentimentos e valores ideais. Pois uma imagem projetada no papel ou numa escultura, ou num movimento do corpo, reflete a maneira pessoal de cada um relacionar-se, posicionar-se, de estar no mundo. (URRUTIGARAY, 2003, p. 29)

Definição do Problema

Em comunidades, instituições, hospitais, um dos maiores obstáculos é a baixa autoestima das pessoas. A internalização da miséria, material e afetiva, e dos estereótipos veiculados pela sociedade, funciona como forte empecilho a todo trabalho de integração

¹ Jung iniciou suas pesquisas junto a Freud e avançou consideravelmente, no que diz respeito ao estudo e à utilização da arte no processo de “cura” do sofrimento humano. Jung acreditava que a expressão simbólica surge do inconsciente pessoal ou, em muitas vezes do inconsciente coletivo. Para ele, a criatividade não é somente a canalização de aspectos reprimidos como também, uma função natural e estruturante do pensamento, como um componente curativo em si mesmo. Jung, a partir de suas experiências, percebeu que a utilização de recursos expressivos poderia ser complementar à verbalização facilitando a organização interna e contribuindo no processo de individuação do ser humano.

e desenvolvimento individual e social. O uso de SPA gera dificuldades no desenvolvimento das relações, além de danos fisiológicos no indivíduo.

A pessoa com dependência vive uma situação de vazio existencial. A busca por um sentido de vida leva o indivíduo a experimentar substâncias lícitas e ilícitas, que, inicialmente, trazem prazer e segurança, porém, posteriormente fragilizam-no emocionalmente, tornando-o mais suscetível à dependência.

Algumas formas de tratamento são utilizadas, como, por exemplo, os tratamentos específicos de abordagens farmacológicas (desintoxicação/ abstinência), gerenciamento psiquiátrico, e os complementares tratamentos psicossociais. A recuperação e o tratamento pode ser um processo demorado a depender de cada caso em específico e frequentemente requer várias tentativas de tratamentos.

Nesta perspectiva, a Arteterapia propõe a promoção de bem-estar psíquico de cada participante. O uso das técnicas ajudará ao Arteterapeuta (AT) a perceber aspectos reprimidos do cliente, facilitando a resolução dos conflitos interiores. Assim, seu foco principal é a saúde do indivíduo e não somente a arte produzida em si, que de maneira transformadora leva-o a uma reflexão em torno do que é desenvolvido para seu equilíbrio emocional.

É importante salientar que o produto não é negligenciado, pois o mesmo é visto como norteador do entendimento de si mesmo, propiciando o confronto com os aspectos inconscientes, para a ampliação da consciência e profunda compreensão do sentimento ou situação, e a possibilidade do cliente enxergar as melhores opções e escolhas perante as situações. Evita-se, dessa maneira, atitudes prematuras e desfavoráveis à própria vida.

Urrutigaray (2003) relata que “a criatividade manifesta nas produções artísticas traz características simbólicas, as quais viabiliza meios de pesquisas apropriados à integração dos aspectos qualitativo e valorativo presente na atuação humana” (URRUTIGARAY, 2003, p.17).

Sujeitos da Pesquisa

A apresentação de cada cliente está ligada a um codinome que os próprios residentes

escolheram, durante a vivência em que fora confeccionado máscaras. Cada um deu nome à sua máscara, e ao grupo foi explicado que suas identidades iriam ser preservadas. Todos têm um histórico familiar parecido e apresentam dificuldades por terem vindo de uma realidade em que seus pais bebiam bastante. O uso de medicamentos contra depressão, ansiedade e insônia é feito por alguns residentes e são acompanhados na CT frequentemente pelo psicólogo e fora dela pelo psiquiatra quando necessário. Por estarem em uma CT ligada a Grupos e líderes Evangélicos, a participação nas atividades religiosas os ajudam também a prosseguir no caminho de recuperação. E isso é percebido quando em conversa com cada um, a seguinte declaração: *“quando sair daqui quero ir pra igreja e buscar a Deus pra ter forças em minha caminhada”*.

“A consciência do Homem foi criada com a finalidade de reconhecer que sua existência provém de uma unidade superior, dedicar a esta fonte a devida e cuidadosa consideração; executar as ordens emanadas desta fonte de forma inteligente e responsável, proporcionando deste modo um grau ótimo de vida e de possibilidade de desenvolvimento à psique em sua totalidade” (JUNG 1982, p. 156).

Foram realizadas 21 sessões de 3 a 4 horas de duração cada, perfazendo um período de três meses. A seguir descrevemos os sujeitos participantes das sessões arteterapêuticas.

DIAMANTE: 39 anos, solteiro, sexo masculino, Fundamental II incompleto, foi operador de caixa, tem 5 filhos. Aos 20 anos entrou na vida do crime e uso de drogas. Foi preso várias vezes e não temia nada. Está ligado hoje à religião e tem o desejo de retomar a sua vida junto à família.

CHUCK: 26 anos, solteiro, sexo masculino, tem o ensino médio incompleto, é pintor, tem filhos e já participou três vezes de Centros de Recuperação (aos 18, 20 e 22 anos de idade), no entanto desistiu em todas num determinado período de sua vida. Já chegou a ficar em cadeira de rodas devido ao consumo excessivo de álcool. Dessa vez deseja completar os nove meses no CT.

TREMOR: 40 anos, solteiro, sexo masculino, tem o Fundamental I incompleto, não tem filhos, morava com a família. No ano anterior, tentou ficar no CT, mais desistiu

porque se sentia preso. Encontrava-se na fase de abstinência ao início das Vivências.

MANO BROWN: 34 anos, solteiro, sexo masculino, tem o Ensino Médio Completo. Não tem filhos. Aos quinze anos começou a fazer uso de álcool e drogas e apresenta uma raiva muito grande às comemorações de Natal, principalmente a data 25 em especial, pois todas as vezes esteve em CT. Essa foi a quarta vez.

CARNAVAL: 35 anos, solteiro, sexo masculino, não tem filhos, morava com a família. Desde os dezenove anos fazia uso de cigarro e álcool. Primeira vez que participa da CT. Apresenta uma ligação forte com a irmã.

ALEGRIA: 29 anos, solteiro, sexo masculino, tem o Fundamental I incompleto. Trabalhador rural fazia uso do álcool e drogas desde os 13 anos. Morava só, e de acordo com o mesmo bebia pra dormir e acordava pra beber. Há cinco anos tentou suicídio duas vezes.

VERDADE: 29 anos, casado, sexo masculino, ensino fundamental II incompleto. Começou com uso de álcool e drogas desde os nove anos de idade.

BONITO: 52 anos, solteiro, sexo masculino, não tem filhos, concursado. Está na CT por causa do uso excessivo de bebidas alcoólicas, após o término de um relacionamento.

PÂNICO DA FELICIDADE: 22 anos, casado, sexo masculino, ensino fundamental II incompleto. Tem filho. Desde os 14 anos fazia uso de drogas e envolveu-se com crimes. Sempre trabalhou, e tem uma ligação muito forte com o seu pai.

ANDROID: 27 anos, solteiro, sexo masculino, ensino fundamental II incompleto, tem filho. Envolveu-se em muitas brigas desde a adolescência e fez uso de drogas depois que iniciou com o álcool.

GOTA: 22 anos, solteiro, sexo masculino, ensino fundamental I incompleto. Começou a usar drogas desde os 13 anos de idade, no mesmo ano em que sua mãe faleceu. Tem filhos e deseja ficar bem.

FESTA: 30 anos, solteiro, sexo masculino, ensino fundamental II completo, tem filho. Desde muito cedo fumava maconha, mas não o impedia de trabalhar. Depois ficou agressivo e a usar outras drogas. Sua mãe faleceu e a situação piorou.

ZUMBI DOS PALMARES: 34 anos, solteiro, sexo masculino, ensino médio

incompleto. Tem filho, começou a beber aos 16 anos e depois já não percebia mais o tanto que estava bebendo.

CHICO: 33 anos, solteiro, sexo masculino, começou a fazer uso de drogas desde cedo e não gosta de falar sobre si.

Intervenção – A Comunidade Terapêutica e eu

Objetivos: Integração e apresentação do grupo; promover a valorização pessoal; trabalhar as emoções e a coordenação motora; firmar os combinados do grupo.

Técnica de Apresentação – Em círculo os participantes falam seus nomes e realiza um movimento qualquer. Logo após todos os outros participantes repetem a ação do colega.

1 – Atividade Individual. Pedi para que desenhassem “o que a CT representa para eles”. Nesse momento foi colocada uma música instrumental do cd do grupo Uákiti. Seguindo esse momento em uma roda de conversa cada participante relatou sobre os seus desenhos.

2 – Atividade Coletiva – Construção do painel de Regras e combinados do Grupo.

Obs: Na atividade inicial, muitos tiveram dificuldades em se expressar no momento em que foi pedido para realizar um movimento. Na feitura do desenho pediram réguas para se sentirem mais seguros e o uso da borracha foi bem intenso por maioria do grupo. A maior parte dos desenhos apresentou a CT como a “Casa de Deus”, ou seja, um lugar em que se sentiam acolhidos e em família conforme as declarações de cada um. Durante a discussão sobre o painel de combinados do grupo, os pontos mais relatados foram: o respeito ao colega, a união do grupo e a paciência uns para com os outros. Nessa hora o nervosismo foi evidente por maioria do grupo, o que foi perceptível.

Fotografia 1 – Tema: A Comunidade Terapêutica e Eu



Fotografia 2 – Tema - A CT e Eu



Fotografia 3 – Tema: Eu preciso de Você e Você precisa de Mim



Todas as fotos são da autora

Intervenção – Espelho, espelho meu

Objetivos: Autoconhecimento

1 – Após um vídeo de relaxamento foi mostrado ao grupo uma caixa que poderia ser aberta por cada participante e que dentro dela tinha algo muito belo, especial e interessante. (Obs: Dentro da caixa contém um espelho.) Foi explicado que cada um ao abrir a caixa deveria falar o que sentia após observar atentamente o que havia dentro dela.

Algumas declarações pessoais:

“**Chuck**”- muito bonita, interessante, muito sincera e gosta de brincar.

“**Verdade**” – Bonito, sério, sincero, humilde, gosta de brincar, não gosta de guardar rancor.

“**Mano Brown**” – Sincero, persistente, otimista, é mais ou menos bonito... “acho que dá pra levar... (muitos risos).

“**Festa**” – Importante, lindo, bondoso, e maravilhado com o que estou vendo.

“**Diamante**” – aqui é a alma e a esperança.

“**Carnaval**” – Todos precisam disso...

“**Zumbi**” – Aqui é do Paraguai!

“**Tremor**” e “**Bonito**” – é bonito! (eles olharam apenas uma vez e fecharam a caixa rapidamente. Não queriam observar a própria imagem).

2 – Em um círculo, cada residente recebeu uma folha em branco. Expliquei sobre a atividade, e nela cada um começava a desenhar um círculo que representasse a forma de um rosto. Nesse momento a folha era passada adiante por cada participante. E seria feito o desenho de um olho. Depois houve troca das folhas, desenhando cada parte do rosto, à medida que a AT pedia. Ao final pudemos observar as caricaturas coletivas terminadas. Muitos risos por parte do grupo, mas também sob alguns olhares angustiados e decepcionados de outra parte com o resultado final do desenho que fora iniciado. Nesse momento uma roda de conversa bastante proveitosa foi iniciada, onde cada participante falou sobre o grande desafio de ter que deixar os colegas modificarem algo que haviam começado a fazer. “Carnaval” disse que não teve problemas em passar a folha adiante, mas foi evidente o quanto ele ficou desconfortável com o produto final. “Mano Brown” relatou: “moço, se esse for eu!! Eu tou perdido”. Depois do momento descontraído seguiu-se a atividade.

3 – Pedi para que escolhessem uma cor e colorissem somente ao redor da caricatura feita. Depois de prontas, em grupo construímos um painel com todas as caricaturas.

Obs: Ao final da atividade os próprios participantes do grupo fizeram o *link*, com a dinâmica do espelho. E falaram o quanto era importante aceitar e a enxergarem a si mesmo. “Chicó” não aceitou assinar a caricatura final, pois disse que não tinha sido ele quem fez, portanto não assinaria. Os colegas ao ouvirem isso falaram a ele que o desenho final não era ele. E sim uma imagem coletiva, em que cada um colocou um pouco de si.

Os fragmentos de cada participante se colocados numa única folha, demonstrariam a maneira como se viam. Pude observar os movimentos por parte de cada um ao fazer as partes do rosto. E nas atividades é notório o quanto a arte faz com que cada ser, encontre seus símbolos, o que mais expressam a sua alma e suas emoções mais interiores. Dessa forma foi proporcionado a cada participante, o momento de serem trabalhados em si suas frustrações pessoais e o perfeccionismo.

Fotografia 4 – Tema: Espelho, Espelho Meu



Intervenção – Porta-voz das minhas idéias

Objetivos – Proporcionar o autoconhecimento através da teatroterapia.

Técnica de Autoconhecimento - Em pé e de olhos fechados, pedi para que pensassem na construção de uma casa. E aqui fiz uma pergunta que deveria ser respondida mentalmente. Qual a primeira coisa que o pedreiro faz para construir uma casa? O que ele tem como base inicial? Depois de feita a pergunta, pedi para que procurassem enxergar a si mesmo e iniciassem o desenho de sua pessoa a começar pelos pés, e aos poucos cada parte do corpo até chegar a cabeça. Pedi para que guardassem a imagem à sua frente e ainda de olhos fechados tentassem desenhar a forma com as mãos.

1 – Terminado o momento iniciou-se uma conversa, onde os residentes falaram sobre como foi imaginar a construção da casa e seu alicerce. Aqui foi destacado como ele deveria ser firme, seguro, pois a estrutura da casa dependia dele.

Perguntei se podíamos comparar a casa com a nossa própria vida.

“Zumbi” relatou que não foi fácil desenhar a si mesmo, e que em certas partes de seu corpo teve vontade de modificar ou até mesmo tirar.

Alguns disseram que a mente (cabeça) era a vilã da história, pois a essa culpava por terem entrado nas drogas.

Outros disseram que dependia dos pés, pois eles o levavam para o mau caminho. E cada um deu a sua contribuição falando também do coração, das mãos que pegavam a droga para ir até a boca e etc.

Depois de passado o momento, lemos o texto da Bíblia registrado em Mateus 7.24-27, onde Jesus conta a história de dois homens (um prudente e outro insensato). Ambos edificaram suas casas, porém, cada um deles edificou de uma forma, em um fundamento diferente. Um deles construiu os alicerces de sua casa sobre uma rocha, enquanto o outro construiu na areia.

2 – O grupo foi dividido em duplas e a cada um coube a tarefa de pensar em algo, uma situação que era totalmente contra, algo que achava um absurdo e errado. Depois de pensado cada um da dupla iria falar ao colega o que pensava sobre o assunto, defendendo-o e o outro acusava.

Obs: Muitos ensinamentos trouxeram a parábola lida na sessão. Ela deixa claro que todos têm possibilidades de construir coisas. Alguns, sabiamente, constroem em um alicerce forte e resistente. Outros, insensatamente, constroem sobre alicerces que não agüenta a uma mudança climática por exemplo. Ou seja, chegamos à conclusão de que a forma como é construída a casa determina o seu futuro.

Na segunda atividade o clima foi bem descontraído. As situações colocadas como absurdas por cada um das duplas, acabaram por serem relatos de acontecidos consigo mesmo. Causas como: estupro, roubo, brigas familiares, drogas, bebida alcoólica, jogo de futebol, foram bem discutidos e mediados pelas próprias duplas. Conforme os relatos deles, participar da situação de defender essas causas foi muito desconfortante, a relação de pavor começou a permear quando conversavam na frente dos colegas.

“Mano Brown” relatou que ficou irritado em ter que defender uma causa pelo qual ele era contra e achava errada.

Essa inversão dos papéis acaba permitindo que a sombra seja revelada. E quando nos colocamos no papel de mediador, trabalhamos nossa paciência em escutar até o fim da história, sem julgamentos do outrem. Isso não é muito fácil, pois logo queremos dar o nosso parecer em certas situações.

Nesse contexto espontâneo, os participantes da atividade têm a chance de criar personagens/papéis diversos, como se pudessem “brincar de ser” alguma outra coisa, além do seu papel social e identidade conhecida. Podemos dessa forma então traçar um paralelo entre personagens, papéis e persona², na teoria Junguiana.

Fotografia 5 – Tema:
Porta-Voz das minhas idéias



Nessa vivência dramática grupal, cada um que está ali naquele momento, está apoiado em sua persona mais habitual, ou seja, aquele aspecto psíquico familiar e conhecido que é exercido no dia a dia. Ao iniciarem a dramatização, e se vestir de um outro personagem, temos a possibilidade de exercer novas personas, a partir dos personagens que forem sendo criados.

² O termo "persona" é derivado da palavra latina equivalente a máscara. Ela possui aspectos negativos e positivos. Persona é a forma como nos apresentamos ao mundo. É o caráter que assumimos; através dela nós nos relacionamos com os outros. A persona inclui nossos papéis sociais, o tipo de roupa que escolhemos para usar e nosso estilo de expressão pessoal. As palavras "pessoa" e "personalidade" também estão relacionadas a este termo. Jung chamou também a persona de "arquétipo da conformidade" e serve para proteger o ego e a psique das diversas forças e atitudes sociais que nos invadem. A persona é também um instrumento precioso para a comunicação. Ela pode desempenhar, com frequência, um papel importante em nosso desenvolvimento positivo. À medida que começamos a agir de determinada maneira, a desempenhar um papel, nosso ego se altera gradualmente nessa direção.

Intervenção – Imaginação e Sensação

Objetivos: Estimular a comunicação e socialização do grupo; estimular a criatividade e coordenação motora; liberar emoções.

Técnica Inicial – Ao som da música Instrumental de Uákti, foi realizado um momento de relaxamento com o grupo, onde propus que fossem fechados os olhos e se imaginassem num campo verde. Após percorrer esse campo sentindo o vento, escutando o som dos pássaros, a grama verde sob os pés, pedi para que escolhessem uma árvore e sentassem embaixo dela para descansar.

1 – Quando terminado, foi entregue uma folha em branco para que fizessem a imagem que viesse à mente naquele momento. A imagem seria feita à tinta, com uso do dedo indicador e seria utilizada somente uma cor. Essa escolhida por cada um.

2 – Brincadeira com a bexiga.

Para promover a descontração e integração do grupo, foi pedido que a bexiga entregue fosse cheia. E depois disto todos deveriam jogar para cima ao som de uma música escolhida por eles mesmos. Nessa brincadeira nenhuma bexiga poderia cair no chão. Todos deveriam estar bastante atentos para que isso não acontecesse. Muito divertido o momento.

3 – Esse foi o momento de utilizar a bexiga, para iniciarmos a confecção de máscaras. Todo o trabalho desenvolvido até então está voltado também a explorar a sombra de cada um, bem como a sua persona.

Para essa atividade, fora disposto a cola caseira, cola branca e muitos papéis variados. Desde o crepom até o jornal. Foi explicado que deveriam colar sobre a bexiga os papéis, para fazermos a base da máscara de cada um. Terminada a atividade foi dada a tarefa a cada um para cuidar de sua máscara até a secagem total e depois disso eles poderiam estourar a bexiga.

Obs: A atividade inicial com o uso da visualização criativa, contribui para que o nível de consciência do indivíduo diminua, permitindo dessa forma que o inconsciente

venha através das produções.

Um símbolo trazido por “Alegria” me chamou a atenção. Pois era a terceira vez que eu via o mesmo símbolo ser feito em um outro momento e lugar. Perguntei ao mesmo se ele já tinha visto a imagem em algum lugar. E ele respondeu que não. A imagem foi a luz que ele viu enquanto estava debaixo da árvore no momento do relaxamento (símbolo do inconsciente coletivo).

Alguns residentes, naquele momento, falaram que se pudessem ficariam embaixo da árvore por muito tempo, sentiram muita paz naquele momento. A imagem trazida por “Carnaval” traz três pessoas na cor vermelha, onde uma está segurando o braço de outra.

Em conversa individual, perguntei-lhe quem eram os personagens, e disse: “a maior é minha mãe, a do meio minha irmã e eu o terceiro”. Pedi para que observasse bem o seu posicionamento no desenho, e ali percebeu o quanto era dependente da irmã, sempre o direcionando e estimulando-o a seguir na estrada da vida. Perguntei como ele se sentia com isso, e o mesmo relatou que sempre teve medo de enfrentar a vida num geral, e que é muito dependente dela, mas que estar ali na CT o fazia se sentir capaz se assumir a responsabilidade de fazer as coisas só e enfrentar a vida só.

Durante a feitura das máscaras, pude observar que “Android” fez bastante uso da cola para sua máscara. Enquanto “Chuck” com muita paciência colava pedaço por pedaço. “Tremor” não se sentiu capaz de fazer a atividade. (A abstinência estava a falar mais alto naquele momento e ele tremia bastante. No entanto propus uma outra atividade isolada para ele, para o ajudar na concentração e coordenação motora). “Tremor” envolveu-se bastante na atividade sugerida que foi com o lápis hidrocor. O trabalho com as máscaras, posteriormente será retomado, pois foi dada a tarefa de cuidar de sua máscara. Enquanto alguns ainda terminavam de confeccionar, outros iam para o sol (ansiosos), e alguns penduraram no pescoço as bexigas.

Pedi a cada um que procurasse guardar a sua máscara com cuidado até a secagem total. E que quando isso acontecesse poderiam retirar as bexigas, essa foi uma das formas de observar a responsabilidade e compromisso de cada um.

Fotografia 6 – Tema: Imaginação e Sensação



Intervenção – Minha história, minha vida I, II, III

Objetivos: Trabalhar a identidade, concentração e percepção de seus objetivos de vida; resgatar lembranças importantes; promover ganho de consciência.

1 – A dinâmica inicial sugere que em círculo, cada participante fale dos seus objetivos de vida e arremessem um barbante para algum colega. Ao final forma-se uma teia. Seguido

esse momento voltamos a enrolar de volta a teia onde cada um pula os obstáculos da teia e entrega o rolo na mão do colega até o final falando de algo que deseja para seu colega.

Obs: É importante reforçar a importância da reflexão sobre os próprios desejos e inclinações e que este é o primeiro passo para a conquista de um sonho; comentar que o barbante representa a união entre os indivíduos, já que não conquistamos nossos objetivos sozinhos. Ouvir o que os outros têm a dizer, ser atencioso às idéias dos demais, são atitudes fundamentais para esta caminhada.

Um fechamento interessante para esta dinâmica, inclusive para que o grupo perceba como está o seu nível de atenção ao outro, é fazer com que o último participante jogue de volta o barbante à pessoa que lhe jogou repetindo o objetivo de vida do colega e assim sucessivamente até que retorne ao primeiro participante.

2 – A cada participante do grupo foi entregue uma ficha com os seguintes temas: *Quem sou eu, Minha Família, Minha Infância e O que Desejo*. Expliquei que eles iriam procurar imagens nas revistas relacionadas a cada um dos temas e guardar todas, para que as utilizássemos na construção de um livro pessoal.

Obs: Todos se envolveram na atividade. Foram bastante recortes de imagens e à medida que destacavam as imagens uma conversa franca e pessoal acontecia. Histórias eram contadas, sonhos desenterrados, falas cortadas devido ao “nó na garganta”, que vinha ao recordar algo de muita relevância para si. Era um momento único que só se ouvia o som dos pássaros, o barulho do vento batendo nas árvores e do folhear das revistas, uma a uma no grande pátio.

Fotografia 7 – Tema: Minha História, Minha Vida





Fotografia 8 – Tema – Minha História, Minha Vida



A grande tarefa seria procurar tais imagens. E com ajuda da CT encontramos mais três sacolas grandes de revistas no depósito, pois eles queriam e desejavam encontrar mais imagens relacionadas aos temas.

Com a ajuda de 3 monitores, folheamos as revistas uma a uma para retirar as imagens de mulheres semi-nuas, pois era norma do local, para evitar que levassem para os quartos tais imagens, uma vez que todos ali estavam em abstinência sexual, e longe de suas parceiras.

Feito isso, o grupo organizou o espaço e fora retomado a intensa procura pelas imagens. Nessa sessão, “Carnaval”, relatou que antes de iniciar com as atividades arteterapêuticas ele andava bastante ansioso e tinha uma mania de arrancar os fios de cabelo da cabeça em um determinado local. Ele mostrou o lugar e relatou o quanto desejava parar com essa mania. Conversamos um pouco e o incentivei a manter-se firme em sua decisão.

A atividade continuava e alguns já começavam a colar as imagens nas folhas em branco. Um participante somente do grupo rasgava as imagens: “Gota”, enquanto todos os outros utilizavam as tesouras de forma

bastante concentrada e minuciosa ao recortar as imagens.

“Mano Brown” ficou isolado do grupo, pois relatara que não queria procurar mais imagens e pediu para fazer outra tarefa. Perguntei se estava satisfeito com as imagens que achou e o mesmo disse: Estou à procura de uma em especial, mais não encontrei ainda, depois vou procurá-la.

Intervenção – Máscaras

Objetivos: Promover a integração e descontração do grupo; estimular o trabalho em equipe.

Após uma atividade de desafio de trabalho em equipe, foi dada continuidade a atividade da máscara, retomamos para o momento de enfeitá-la.

O grupo envolveu-se bastante, e utilizaram muitas lantejoulas, tintas e cola gliter. Durante a atividade conversei com o “Chuck”, e o mesmo foi buscar sua máscara ainda presa à bexiga velha e quase seca. Perguntei a ele porque não tinha retirado a bexiga da máscara. E o mesmo disse: “não, não quero retirar ela daqui, ela faz parte de mim”. Até insisti em ajudá-lo a tirar a bexiga e expliquei que ela só foi um apoio para fazermos a máscara e que nessa sessão todos iríamos enfeitar as máscaras. Mas a minha insistência só o deixou mais agitado.

Chamou-me muito a atenção a sua atitude e com paciência aguardei que ele mesmo me dissesse o porquê não queria tirar a bexiga. Então nesse momento sentei ao seu lado e perguntei-lhe se queria ajuda com os materiais para enfeitar a máscara e ele começou a relatar o quanto foi difícil pra ele perder a sua avó querida. Contou-me toda sua história de carinho e afeição por ela e o quanto ela representava pra ele. Além disso, comentou que os dias em que ficou com a bexiga dependurada querendo se soltar da máscara já seca, foram angustiantes e só o fez ficar triste pelas lembranças tão dolorosas.

Na verdade ele não queria largá-la e desejava encontrar algum jeito de deixá-la cheia novamente. Então fiz-lhe uma outra pergunta, sobre o que ele achava, e será que realmente teria alguma maneira? A bexiga representava fortemente a figura de sua avó.

Então “Chuck” iniciou seu trabalho de

pintura da máscara com a tinta de cor branca e à medida que espalhava a tinta, a máscara a absorvia e consequentemente murchava mais ainda a bexiga. Percebi sua aflição, e logo depois passou cola transparente no intuito de colocar lantejoulas. E a bexiga murchava mais ainda.

Nessa hora veio me perguntar porque a bexiga passou a murchar mais rápido. E respondi que era devido aos componentes da tinta e da cola, até citei o exemplo da gasolina colocada em alguns plásticos que chegam a se dissolver. Ao final da atividade ele decorou a sua máscara segurando a velha bexiga em todo o tempo.

Quando estávamos arrumando os materiais ele veio até mim e relatou: “Eu tenho muita dor porque ela se foi. Acho que ela “tá” bem onde ela está. Vou tirar a bexiga da máscara”, nesse momento até falei com ele que não seria necessário, afinal de contas a bexiga era dele. Mesmo assim continuou a falar: Não! Eu preciso aprender a me desapegar, minha avó “tá” guardada em meu coração.

Jung sempre observou que aspectos não conscientes afetam as respostas dos indivíduos, ou seja, alguns estímulos ou palavras despertam lembranças dolorosas que estão dentro de nosso inconsciente. O inconsciente, com efeito, não é isto ou aquilo, mas o desconhecimento do que nos afeta.

(...) “Os conteúdos sintomáticos são, em parte, verdadeiramente simbólicos e são representantes indiretos de estados ou processos inconscientes cuja natureza só pode ser deduzida imperfeitamente e só pode tornar-se consciente a partir dos conteúdos que aparecem na consciência. É possível, pois, que o inconsciente abrigue conteúdos de tão alto nível de energia que, em outras circunstâncias, eles tornar-se-iam perceptíveis ao ego. Na maioria das vezes, eles não são conteúdos reprimidos, mas simplesmente conteúdos que ainda não se tornaram conscientes, isto é, que ainda não foram percebidos subjetivamente” (...) (JUNG, 2000, p. 58).

A bexiga nesse contexto foi uma representação de sua avó, que estava indo embora para um outro plano. De maneira inconsciente seu coração tomou-se de uma tristeza profunda, que só pode ser desfeita depois de trazer à sua consciência o quanto

temos que aceitar as mudanças na vida e que nem tudo dura para sempre.

Todo o grupo envolveu-se bastante na decoração de suas máscaras, e ao final dispomos cada uma delas no meio do salão e os residentes lhes deram nome.

Fotografia 9 – Tema: Máscaras



Fotografia 10 – Tema: Máscaras / Chuck



Fotografia 11 – Tema: Minha história, minha vida



Fotografia 12 – Tema: Criatividade com tubos



Intervenção – Mandalas I, II

Objetivos: Trabalhar a expressão corporal; possibilitar a expressão de sentimentos e emoções.

1 – Iniciamos a sessão com a cantiga *Indo eu a caminho de Vizeu*, essa é toda realizada com gestos enquanto se canta.

2- As madeiras, onde seriam feitas as mandalas foram entregues ao grupo.

Pedi a todos que lixassem e passassem o desenho da sessão anterior, criado por eles, para a madeira. O grande desafio é que a circunferência teria um tamanho maior do que a anterior, mas isso não foi dito. Procurei esperar para ver se eles mesmos iriam perceber a diferença e se de alguma forma modificariam algo. Seja o tamanho, riscos, elementos presentes, ou até mesmo se faziam outra totalmente diferente.

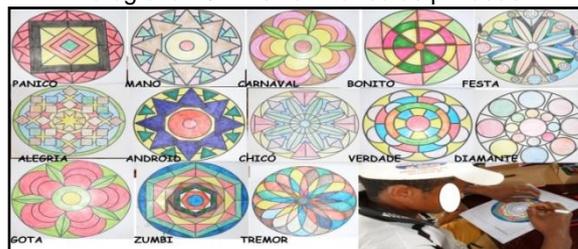
Obs: Um momento inesquecível por ver a descontração do grupo e principalmente pelo sorriso de todos no momento da brincadeira, pois também deveriam formar pares para dançar e nessa hora a música e dança permitiram com que se soltassem e relaxassem.

Durante a construção da mandala, a maioria não escolheu o desenho anterior feito na folha em branco da outra sessão, e quem utilizou o desenho anterior fez mudanças. “Android” fez três mudanças, ou seja, criou um desenho a lápis, pintou com lápis de cor no círculo e depois ainda não satisfeito, realizou mudanças com tinta.

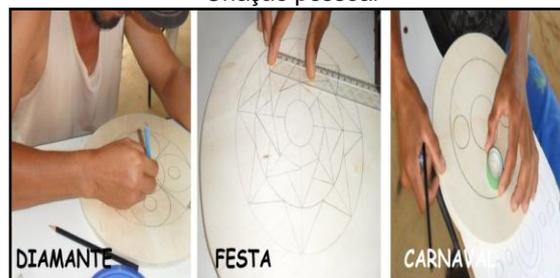
O “tempo/ relógio” foi o tema escolhido por “Festa”, “Zumbi” e “Carnaval”, o que demonstra o quanto sentem o “tempo” passar, e a ansiedade. “Festa” fez dois desenhos no círculo de madeira e descreveu que desejava que o tempo voltasse, para assim fazer tudo diferente.

Em sua mandala não existe o ano de 2013, como também outros, no entanto os números estão escritos de forma desordenada e de forma espelhada. Perguntei-lhe sobre o ano de 2013 (ano em que entrou na CT), e ele disse que desejava esquecer esse ano porque muitas coisas ruins tinham acontecido. Então pedi a ele que tentasse destacar outras coisas que aconteceram, como por exemplo a entrada na CT. Depois de o mesmo listar todas as coisas positivas do ano, relatou: “é verdade não foi tão ruim, afinal pude estar aqui”, sendo que ele não tinha percebido não ter colocado alguns anos em seu desenho.

Fotografia 13 – Tema: Mandalas pintadas



Fotografia 14 – Tema: Mandalas Criação pessoal



Fotografia 15 – Mandala pessoal



Intervenção – Removo a minha pedra interior e vejo o meu milagre acontecer

Objetivo: Levar o grupo a fazer uma reflexão sobre a importância do autoconhecimento e o quanto são necessárias as “pedras” no caminho no processo de individuação.

1 – Eu sou e tu és – Esse é um exercício que permite destacar as qualidades que vemos em nós mesmos e na outra pessoa.

2 – Usando uma técnica de relaxamento e interiorização, pedi que realizassem movimentos e gestos a partir dos estímulos sonoros colocados. Logo após, em silêncio, propus que escutassem uma música instrumental e enquanto a escutavam, no chão foi disposto várias fichas de papel, onde estão descritas as palavras: amor, carinho, perdão, coragem, amizade, afeto, força, etc.

Pedi ao grupo que observassem as palavras e refletissem em qual seria a necessidade maior naquele momento. Feito

isso lhes entreguei uma folha de papel em branco. (Nesse momento foi pedido para que se sentassem confortavelmente e que dobrassem ao meio a folha e na parte de cima da folha escrevessem qual foi a palavra escolhida). Na outra parte da folha deveriam escrever o que mais os impedia de alcançar o bem almejado. (o que mais dificulta? O que leva a terem dificuldade de obter o que escolheu?).

Terminado esse momento, dei alguns minutos para que cada um andasse sobre a área da CT e escolhessem uma pedra, para que representasse essa dificuldade e a colocassem ao centro, em cima da palavra escolhida anteriormente. (Esse é o momento importante para o AT ficar atento à pedra escolhida e seu tamanho).

3 – Leitura do texto: Ressurreição de Lázaro. (Bíblia Sagrada). O texto descreve o momento em que Jesus ressuscita Lázaro, e que o mesmo só saiu do túmulo depois que a pedra era removida.

Algumas perguntas foram feitas aos residentes, de maneira que refletissem sobre a história: Lázaro conseguiria sair do túmulo se a pedra não fosse removida? Qual a importância da pedra, para a realização do milagre? Ela foi necessária? Temos pedras à nossa frente que nos impedem de algo? A pedra ajudou em quê? (à medida que o grupo vai respondendo numa roda de conversa harmoniosa, é incentivado pelo terapeuta que cada um pense nas dificuldades escolhidas como pedras no caminho da sua vida.

4 – Enquanto escutavam a canção de Aline Barros – *Ressurreição de Lázaro*, solicitei que refletissem sobre a importância da pedra para seu amadurecimento, crescimento pessoal. Durante a canção solicitei que eles jogassem as pedras fora.

Feito isso, com um cartaz previamente pronto, com um título “O que eu posso dar?”, incentivei a cada um do grupo pegar uma das fichas escolhidas no início da sessão, e que colassem no cartaz.

Obs: Aqui foi importante ressaltar ao grupo o quanto é necessário darmos amor, carinho, perdão, coragem, amizade, afeto, força...

Em círculo e de mãos dadas, pudemos falar sobre esses momentos vivenciados. Com os papéis dobrados nas mãos e ao lembrarem das pedras que os impediam de

alcançar seus objetivos, alguns engoliam o choro.

Nessa vivência pôde ser observado as palavras escolhidas e o tamanho das pedras e assim fazer uma associação com os sentimentos e impulsos interiores dos participantes do grupo.

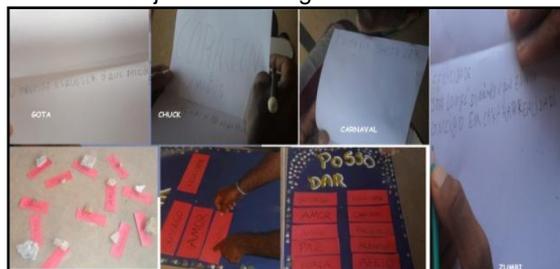
“Zumbi” precisava de coragem e amigos, o que o impedia de receber eram os pensamentos negativos.

“Carnaval” precisava: Saber ler, e o que o impedia é que teve muitas dificuldades na escola. “Verdade” precisava: força e paciência, e o que o impedia: o nervosismo, pois esse o deixava com medo, pois o tempo de sair estava próximo; e a força para quando chegasse lá fora da CT, lutar contra as coisas do mundo e vencer os obstáculos.

“Tremor” precisava de alegria, coragem e amor, e o que o impedia era a saudade.

“Chicó” precisava de felicidade e relata que o que o impedia era porque não conseguia encarar a realidade de frente.

Fotografia 16 – Tema: Removo a minha pedra interior e Vejo o meu Milagre acontecer



Fotografia 17 – Tema – Desafios e aprendizagem



Fotografia 18 – Tema: Árvore da Vida



Intervenção – Versos de minha canção

Objetivo: Promover a autoestima e integração do grupo;

1 – Depois de terem cantado na sessão anterior, nessa sessão iríamos recordar algumas cantigas de roda.

Ao final das brincadeiras dançantes cantamos: *“Eu pisei o pé na areia (sereia); Na areia do Japão (sereia); Encontrei meu bem por lá (sereia); Diga adeus aperte a mão (ô sereia)”*. Depois de todos terem aprendido o verso, entreguei-lhes folhas em branco, lápis e borracha, onde iriam criar versos de tema livre.

2 – Leitura dos Versos por cada integrante do grupo.

3 – Cantiga com os versos construídos em círculo.

Obs: Foram muitos versos construídos, que falavam de amor, lutas dentro da CT, saudades e perdas. Esse momento revelou o que cada um trazia dentro de si.

“Bonito” – *“Se amar é viver (sereia); vivo por amar você, (sereia); O amor é força maior (sereia); Amor grande de viver (sereia)”*.

“Diamante”– *“Passarinhos, belas flores (sereia); Sempre querem me encantar (sereia); São vão (sic) terrestres esplendores (sereia); Mas contemplo o meu lar (sereia)”*.

“Alegria”– *“Eu gostei de uma menina (sereia); Que abalou meu coração (sereia); O nosso amor era tão grande (sereia); Que virou em confusão (sereia) - Eu vim para o Maanaim (sereia); Para me recuperar (sereia); Não foi para arrumar contenda (sereia); Vencedor quero ficar (sereia)”*.

“Verdade” *“A professora já chegou (sereia); Para nos alegrar (sereia); Aprendi e boto fé (sereia); Ela vai nos ensinar (sereia). – Eu estou no Maanaim (sereia); Para me recuperar (sereia); nove meses está chegando (sereia); Na saudade eu vou ficar (sereia) – Eu estava tão sozinho (sereia); Jesus me deu a mão (sereia); E eu agora estou feliz (sereia); Porque estou com meus irmãos (sereia).”*

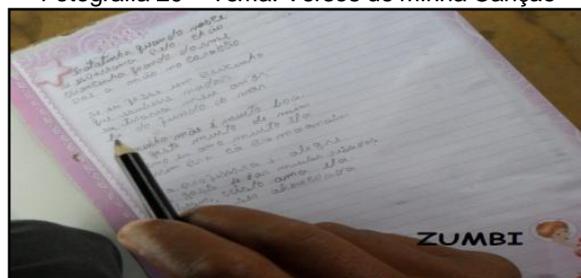
“Pânico da Felicidade”– *“Eu vim para o Maanaim (sereia); Para mãe parar de chorar (sereia); Ela ficou muito alegre (sereia); Para me recuperar (sereia).- Muitas bênçãos Deus tem pra mim (sereia); Só basta eu me ajudar*

(sereia); Tenho amigos e pastores (sereia); Que me ajudam a recuperar (sereia)”.

Fotografia 19 – Tema: Recordações e emoções



Fotografia 20 – Tema: Versos de minha Canção



Considerações finais

As drogas têm levado crianças, adolescentes, adultos e idosos e suas referentes famílias a percorrerem um caminho de sofrimento de suas relações afetivas, gerando, como consequência, o rompimento de vínculos familiares e comunitários. Verificamos, ainda, que aqueles que fazem uso excessivo das drogas, desviam-se do curso natural de suas vidas pela dificuldade de assumirem uma conduta que lhes permita o estabelecimento de relações sociais e institucionais, ou seja, o excesso de drogas coloca-se como um fator destrutivo de vidas.

Diante dessa problemática, desenvolver os trabalhos em Comunidades Terapêuticas requer atenções redobradas porque o auxílio aos dependentes químicos devem ser constantes e firmes, engajando-nos junto à CT na luta por uma vida saudável, sem drogas, a restabelecer os vínculos quebrados ao longo da vida.

As vivências arteterapêuticas permitiram o reconhecimento de aspectos saudáveis da personalidade dos participantes em cada dinâmica terapêutica aplicada e atividades plásticas. Mesmo em meio às dificuldades decorrentes da abstinência, percebemos um aumento na concentração nas realizações de tarefas, entrosamento com grupo e na autoestima. O estímulo à socialização e à

criatividade, por meio do trabalho em grupo, motivaram o processo de recuperação, bem como a permanência na CT, uma vez que os residentes permanecem de forma voluntária.

Os sentimentos proibidos, as mágoas existentes, a agressividade, a inveja, o ciúme – nossa sombra – tentamos esconder sempre para não sofrermos julgamentos e nem vergonha. Esses são sentimentos secretos que por vezes vêm a prejudicar nossas melhores intenções.

Jung (1972) relata que desenvolver-se tem um preço e para formar a personalidade e alcançar a sua plenitude é necessário romper uma série de convenções culturais e sociais, para depois ver manifesto o potencial máximo de cada um. E para a compreensão alargada de si mesmo temos a Arteterapia com sua criatividade em benefício do cliente e do próprio terapeuta. Permitindo ao cliente a encontrar o melhor caminho para alcançar seu equilíbrio emocional.

Perceber o quanto tendemos a fazer o que é mais fácil, e nos colocarmos na condição de coitados que não podemos fazer nada pelo outro, por conta das dificuldades do caminho, permite uma autoavaliação, onde parte do tempo que agimos de acordo com o que esperam de nós, que acreditamos ser esse nosso próprio jeito de ser, garante-nos uma transformação interna. Somos tão incentivados a competir, a querer ser e ter mais que o outro, que nessa busca desenfreada acabamos por nos esquecer de nós mesmos. Esquecendo-se de que o poder está em nós, que podemos dar mais pelo próximo e por si mesmo.

Urrutigaray (2008) relata que a criatividade manifesta nas produções artísticas traz características simbólicas, as quais viabilizam meios de pesquisas apropriados à integração dos aspectos qualitativos e valorativo presentes na atuação humana, ajudando o cliente a encontrar o melhor caminho para alcançar seu equilíbrio emocional. Jung (1964) já dizia: "Só aquilo que somos realmente tem o verdadeiro poder de curar-nos".

Referências bibliográficas

ACAMPORA, Beatriz, ACÂMPORA, Bianca. **170 técnicas arteterapêuticas: modalidades expressivas para diversas áreas** – Rio de Janeiro: Wak Editora, 2011. 192p. :21cm.

ÁLCOOL E DROGAS sem Distorção / NEAD - **Núcleo Einstein de Álcool e Drogas do Hospital Israelita Albert Einstein.** Disponível em:<http://apps.einstein.br/alcooledrogas/novosite/atualizacoes/as_137.htm> Acesso em: 10 de Mai de 2014.

CARNEIRO, Celeste. **Criatividade e Cérebro – Um Jeito de Fazer Artezen.** Rio de Janeiro: WAK Editora, 2014.

CARNEIRO, Celeste. **Arte, Neurociência e Transcendência.** Rio de Janeiro: WAK Editora, 2010.

FURTH, Gregg M. **Omundo secreto dos desenhos: uma abordagem junguiana da cura pela arte** – São Paulo: Paulus, 2004.

JUNG, C.G. **O Espírito na Arte e na Ciência.** Petrópolis, Vozes, vol XV, 1985.

_____. **Homem e seus Símbolos.** Rio de Janeiro, Nova Fronteira 1964.

_____. **Símbolos de Transformação.** Petrópolis, Vozes, vol V, 1986.

_____. **Eu e o inconsciente.** Petrópolis, Vozes, 21. ed. 2000.

_____. **O Desenvolvimento da Personalidade.** 7ª edição. Petrópolis: Vozes 1972.

MACIEL, Carla, CARNEIRO, Celeste (orgs). **Diálogos Criativos entre a Arteterapia e a Psicologia Junguiana-** Rio de Janeiro: WAK Editora , 2012. 204p.

PAIN, S. Jarreau, G. **Teoria e técnica da Arteterapia.** Porto Alegre, Artes Médicas 1996.

PHILIPPINI, Ângela (1995). Universo Junguiano e Arteterapia. **Imagens da Transformação. Revista de Arteterapia.** Vol2,n.2, Rio de Janeiro: Pomar. REMO. Disponível em: <<http://remoo45.blogspot.com.br/2009/11/terapia-no-gregosignificaservir-deus.html>> Acesso em: 29 de Nov de 2013.

SOUZA, Priscila Rocha. **Arteterapia Aplicada à Educação – A construção de um caminho / Priscila Rocha Souza.** São Paulo: [s.n.], 2005. 67f. Disponível em: <http://www.alquimiyart.com.br/monografias/1/2005_sp_SOUZA_priscila_rocha_de.pdf> Acesso em: 11 de Nov de 2013.

URRUTIGARAY, Maria Cristina. **Arteterapia – A transformação pessoal pelas imagens.** Rio de Janeiro: WAK, 2003.150 p