

ARTETERAPIA COM CRIANÇAS NA SEPARAÇÃO DOS PAIS

Carla Bittencourt Felício (UENF)

carlabfelicio@hotmail.com

Flávia da Cunha Pereira (UENF)

Juliana Marinho Santos (UENF)

RESUMO

A proposição deste artigo é analisar as contribuições da arteterapia no processo de compreensão da separação dos pais. A repercussão da separação na vida cotidiana da criança pode variar de acordo com a idade em que ela se encontra. Os sintomas psicológicos a partir da separação dos pais nas crianças podem ser a curto ou longo prazo, destaca-se a baixa autoestima, regressão e tristeza. O problema que se apresenta para discussão neste estudo orienta-se pelo seguinte questionamento: até que ponto as técnicas arteterapêuticas facilitam o processo de compreensão da separação dos pais? A metodologia utilizada foi pesquisa bibliográfica em livros e artigos científicos. Os resultados apontam que a arteterapia proporciona maiores ganhos no desenvolvimento emocional das crianças, oferecendo-lhes um espaço de aceitação e acolhimento.

Palavras chave: Arteterapia. Crianças. Separação dos pais.

1. Introdução

O presente trabalho é pautado nas contribuições da arteterapia no processo de compreensão da separação dos pais. Assim sendo, a pergunta norteadora é: até que ponto as técnicas arteterapêuticas facilitam o processo de compreensão da separação dos pais? Sabendo que a decisão de se separar é muito difícil para qualquer casal, especialmente para aqueles que têm filhos. O medo de gerar algum transtorno na vida dessas crianças, a insegurança de como e quando lhes revelar a verdade são alguns dos conflitos que tomam conta dos pais num momento como este. Entretanto, a criança tem total direito de estar ciente do que está acontecendo na relação de seus pais, uma vez que elas fazem parte deste contexto e que serão diretamente atingidas com qualquer decisão que venha a ser tomada.

Isto não quer dizer que a criança deve participar ativamente do processo de separação, nem do momento difícil que o precedeu. Em geral, as crianças tendem a ser subestimadas, devido ao fato de os adultos julgarem que elas não entendem determinadas situações. Ocorre, entretanto, que ao presenciar as agressões trocadas pelos seus pais e sem ter o devido esclarecimento, as crianças absorvem todo esse conflito, o que

pode acabar por acarretar sérios comprometimentos comportamentais, já que a separação dos pais pode afetar diretamente a autoestima da criança.

Partindo-se deste difícil momento na vida destas crianças, que nem sempre recebem o devido acompanhamento e orientação para atravessar essa fase sem maiores prejuízos, é de suma importância realizar um estudo acerca de como a arteterapia contribui neste contexto, facilitando o tratamento das crianças atingidas por este processo. Além disso, estudos nesta área se mostram escassos na literatura brasileira, sendo uma temática relevante, visto o aumento de divórcios em nossa sociedade. Assim, tal estudo pode trazer um melhor esclarecimento para pais e todos aqueles que convivem com a criança no processo de separação.

Baseado em tais questões, o presente artigo busca as contribuições da arteterapia nesse contexto. Para tanto o artigo ainda pretende esclarecer como o processo de separação dos pais atinge as crianças e identificar os principais sintomas psicológicos que a separação pode provocar. Esta questão observada aponta para a necessidade de identificar como ocorre o tratamento a estas crianças dentro da arteterapia, favorecendo a compreensão familiar da criança. Os procedimentos metodológicos foram a pesquisa bibliográfica em livros e artigos encontrados em revistas científicas. Os resultados encontrados apontam que a arteterapia afeta de maneira positiva a autoestima e a autoconfiança, fortalecendo a criança e preparando-a para dar continuidade a sua vida.

2. Referencial teórico

2.1. Considerações sobre a arte no contexto terapêutico

A arte é uma expressão inerente ao ser humano e está, ao menos potencialmente, ao alcance de todos, sendo pessoal e única com o poder de expressar a linguagem do inconsciente. Deste modo, serve de canal para um nível não verbal de percepção que leva ao processo de individualização. Neste processo o indivíduo é forçado a se confrontar com diversas facetas de seu íntimo que estão geralmente em conflito com suas ideias e comportamento consciente. Daí, a importância das artes nos processos terapêuticos. Elas possibilitam que o ser humano dê sentido às suas vivências, ressignificando experiências, expandindo deste modo a consciência de si mesmo em relação ao mundo (CIORNAI, 1994, p. 41-42). Deste modo, a arte é capaz de integrar, informar e encantar o homem, se prestando a conscientizá-lo para que ele possa alterar suas percepções interio-

res e estruturas psíquicas.

A arteterapia é o uso da arte como terapia e inúmeras são suas conceituações. Uma delas é considerá-la um processo terapêutico decorrente da utilização da arte. Embora seja uma atividade milenar, se desenvolveu como prática terapêutica há cerca de 60 anos. No Brasil, destacam-se os trabalhos da psiquiatra junguiana Nise da Silveira, que fundou o Museu de imagens do Inconsciente, no Rio de Janeiro, e do psiquiatra paulista Osório César, que desenvolveu seu trabalho no Hospital do Juqueri, em São Paulo, onde criou, em 1925, a Escola Livre de Artes Plásticas do Juqueri.

Considerando a descoberta de Freud de que o inconsciente se manifesta mais por imagens do que por palavras, Maria Margarida M. J. de Carvalho (2000) coloca que:

(...) as imagens por serem mais livres da censura da mente do que palavras, as imagens, como linguagem plástica (artes plásticas), aliadas às outras expressões, como movimentos corporais (dança), dramatização (teatro), canto (música) e a linguagem literária (verso e prosa), são os meios usados nas terapias expressivas para a facilitação do autoconhecimento, visando à solução dos conflitos emocionais para um desenvolvimento pessoal harmonioso.

Arteterapia é então um processo terapêutico que se serve do recurso expressivo para ligar os mundos internos e externos do indivíduo através de sua simbologia. Consiste na criação de material sem preocupação estética e sim apenas de expressar sentimentos. Esse processo é muito importante porque faz com que o indivíduo se reorganize internamente. Criar é expressar a existência, as emoções humanas mais profundas e a arteterapia vai lidar com este processo criativo, buscando desvendar sentidos presentes nos símbolos e através deles, resgatando elementos intrínsecos ao indivíduo, favorecendo contatos com a autoestima, ansiedade, depressão dentre outros estados. Ou seja, tal processo se utiliza de diversas modalidades expressivas, permitindo a atribuição de significado às informações advindas da psique. (PHILIPPINI, 2004)

A arteterapia é uma prática terapêutica que trabalha com a união de vários saberes, como educação, saúde, arte e ciência, buscando resgatar as potencialidades do homem. De acordo com Angela Philippini (2004), a arteterapia se dá no encontro de diversas modalidades teóricas e práticas voltadas para uma intervenção terapêutica ampla e integrada. Dessa forma o interesse de tal prática é voltado especialmente para a imagem, a criatividade, a expressão da potencialidade humana, tocando de forma significativa em questões como identidade, transformação da

pessoa, cultura e autenticidade. De acordo com Angela Philippini (2000), a arteterapia resgata a promoção, a prevenção e a expansão da saúde.

Como explica Liomar Quinto de Andrade (2000), sendo o homem um ser essencialmente social, “a psique humana não pode existir sem uma cultura de origem, onde a individualidade vai se processar por diferenciação deste contexto maior”. Mas como consequência dos problemas da nossa atualidade, o homem tenta resolver, sem sucesso, os conflitos advindos das dificuldades de inserção na realidade social. Envolvido pelo excesso de pressão exigida nesse processo, muitas vezes, sem alternativa de conciliação.

Maria Margarida M. J. de Carvalho (2000) diz que a arte é uma expressão do ser humano e, como tal, uma forma de comunicação de linguagem simbólica. É um produto da intuição e da observação, do inconsciente e do consciente, da emoção e do conhecimento, do talento e da técnica, da criatividade. Acolher e utilizar as modalidades de expressões artísticas dentro de um processo psicoterápico vem enriquecer a possibilidade de um conhecimento profundo e, conseqüentemente, uma maior compreensão da pessoa a ser auxiliada.

O processo arteterapêutico tem como algumas das vantagens o aumento da autoestima e redução da ansiedade, tendo como exemplo, a técnica de desenhar. A função do arteterapeuta é levar a pessoa a entender o porquê da pintura; quais os sentimentos que foram postos na criação artística e como lidar com eles. Dessa forma, o arteterapeuta é o mediador entre a criação e o paciente, possibilitando novas formas de interpretar a realidade e ressignificar os símbolos no contexto onde estão inseridos. Além disso, proporciona benefícios como a melhora da comunicação, estimulando a criatividade e o autoconhecimento. O desbloqueio da expressão criativa é feito através do manuseio e experimentação de materiais e formas diversas das múltiplas modalidades de arte, facilitando o resgate das possibilidades individuais, promovendo mudanças internas e a superação de problemas.

2.2. A criança frente a separação dos pais

A separação tem conseqüências não só para os cônjuges, mas para os filhos que estão inseridos nesse contexto, por vezes marcado por desentendimentos, discussões e, às vezes, violências. É possível dizer que, na separação o maior impacto cai sobre os filhos, principalmente se fo-

rem crianças. A criança se sente contrariada e acaba tendo a impressão de que a culpa é sempre dela, o que acarreta baixa autoestima e insegurança, podendo levar, na idade adulta, a problemas como ansiedade e depressão. Por isso é importante que a criança tenha um acompanhamento psicológico durante esse processo.

Como expõem Françoise Dolto (1985), os pais devem explicar aos filhos o motivo da separação e que os conflitos existentes não mudam a maternidade/paternidade. Cabe aos pais cuidarem dessa criança, fazendo o possível para acompanhá-la no seu sofrimento. Evitar ao máximo as brigas quando estiverem na presença de seus filhos para que eles não ouçam as coisas ruins que se fala nessas ocasiões. Quando é feito isso, o sofrimento do filho é um pouco amenizado. Estarem por perto, pai e mãe, contribui bastante para diminuir o sofrimento.

A repercussão da separação na vida cotidiana da criança pode variar de acordo com a idade em que ela se encontra. Em crianças mais novas é comum apresentar regressão podendo voltar a urinar na cama ou apresentando alterações no sono. Em crianças por volta dos sete ou oito anos já é possível identificar a expressão de tristeza ao divórcio, refletindo diretamente no rendimento escolar. Já em crianças que estão entrando na pré-adolescência geralmente a reação é de raiva de um ou de ambos os pais, por terem causado a separação. Nessa fase, os pais, familiares ou terapeuta devem estar atentos para o desempenho escolar e para os prejuízos no relacionamento com colegas. Deste modo, os pais precisam buscar um equilíbrio para que haja uma convivência saudável, priorizando os interesses dessas crianças.

Faz-se necessário compreender esse momento único da criança e buscar o apoio de um psicólogo levando em consideração que cada caso requer um método de intervenção. Nesse processo de acomodação da nova situação é fundamental que os pais conversem bastante com os filhos, dando-lhes bastante carinho e atenção após a separação, não deixando que pensem que eles são os culpados. Uma separação amigável é o mais indicado, a criança deve receber atenção de ambos, para não se sentir reprimida.

Segundo Judith Wallerstein, Julia Lewis e Sandra Blakeslee (2002) fica claro em nossa cultura de divórcio que os filhos mais jovens tendem a sofrer mais. Uma vez que, numa idade em que precisam de proteção constante e cuidado amoroso, essas crianças pequenas têm pais em conflitos. É importante destacar que em cada criança existem sentimentos

ocultos que muitas vezes não se consegue expressar. Os maus sentimentos, como a dor, a tristeza, o rancor, e outros, se não remediados, podem acabar convertendo-se e ganhando formas distintas. Esses sentimentos podem levar a criança não somente a sofrer depressões contínuas, como também a ter complexo de culpa, mudanças repentinas de humor, crise de ansiedade, de pânico, reações inexplicáveis, indecisões, inveja excessiva, medos, hipersensibilidade, pessimismo, impotência e outros males.

O importante em todo o processo de separação é que os pais deem aos filhos a possibilidade de ser, de sentir-se bem com eles mesmos. Que os esforços dos pais, familiares, terapeutas estejam vinculados ao afeto, ao carinho, à observação, a valorizar suas qualidades, e apoiá-los quando algo vai mal. Um dos elementos mais importantes e decisivos para o bem estar dos filhos de casais separados é que o pai, ou a mãe, não se torne uma figura distante. Outro ponto importante é desviar a criança o menos possível de sua rotina antes da separação. E para isso é necessário conhecê-los a cada dia, favorecendo os encontros, as conversas e dando oportunidades a essas crianças de expressarem o que estão sentindo.

2.3. Arteterapia: uma possibilidade de intervenção

Para um desenvolvimento emocional saudável é importante que o ambiente seja favorável, que sustente a criança em seu processo de constituição do eu. Segundo Donald Woods Winnicott (1956) um ambiente favorável para uma criança é representado pela mãe ou por alguma outra pessoa que desempenhe este papel neste momento de total dependência da criança. Depois de algum tempo, esse ambiente vai se ampliando e alcançando outras pessoas, sejam familiares ou não, mas que de certo estão próximas a esta criança desempenhando um papel importante de acolher e oferecer o necessário para sua subsistência. Donald Woods Winnicott (1975) ainda pontuou que a saúde teria ligações com o brincar e a criatividade das pessoas.

Analisando as colocações sobre o desenvolvimento emocional, o brincar e a criatividade, pode-se pensar que técnicas arteterapêuticas quando aliadas a um ambiente favorável, “suficientemente bom” como dizia Donald Woods Winnicott (1956) podem promover a exteriorização dos sentimentos, o acolhimento com o conseqüente desenvolvimento da criança. Em crianças que estão vivenciando o momento de separação dos pais, as atividades artísticas se constituem como um resgate da qualidade do viver. A expressão verbal vem para enunciar o que se elaborou plásti-

camente.

Para Maria Cristina Urrutigaray (2004), “a arteterapia possibilita a reconstrução e integração da personalidade, fornecendo condições para o sujeito transcender vivências imediatas, e estar disponível para novas experiências e sentimentos”. O arteterapeuta, neste contexto, tem o papel de estimular a criatividade e observar as expressões verbais enquanto o cliente “cria” sua arte. Após a “tarefa” finalizada, abre-se uma plenária onde o cliente é incentivado a falar sobre a produção que acabou de fazer. Dessa forma o terapeuta leva o cliente a elaborar o que está se apresentando através dos símbolos. A arteterapia serve como um caminho espontâneo que proporciona a experiência de ser alguém singular e único.

Tendo como foco principal a reestruturação emocional da criança, cujos pais estão em processo de separação, a conduta do arteterapeuta é fornecer materiais expressivos diversos e adequados para a criação de símbolos presentes no universo singular da criança. Esse universo traduz-se em produções simbólicas que retratam estruturas psíquicas internas que expressam como a criança está enfrentando as mudanças e como está elaborando a separação dos pais. Este processo, como cita Angela Philippini (1995) “colabora para a compreensão e resolução de estados afetivos conflitados, favorecendo a estruturação e expansão da personalidade através da criação”. Dentre os vários recursos expressivos usados em arteterapia, destaca-se a utilização de máscaras, fantoches, literatura e escrita criativa, artes plásticas, dançaterapia e musicoterapia.

O comportamento imaginário é muito importante para o desenvolvimento da criança, contribui para o desenvolvimento emocional e intelectual da criança. É através das brincadeiras de faz-de-conta que a criança rompe as fronteiras de tempo e espaço, ampliando assim seu próprio mundo. Sabe-se que todas as relações do homem são mediadas pela linguagem, o que faz entender que essas também são. As crianças que estão passando por mudanças como o afastamento do pai ou da mãe, geralmente tornam-se mais caladas, distantes, e na grande maioria dos casos, com sérios comprometimentos na comunicação. A escrita criativa e a literatura trabalham essa comunicação e expressão da criança.

2.4. Técnicas arteterapêuticas

2.4.1. Técnica: Modelagem na Argila (MOREIRA, 2006, p. 14)

Material: argila, água.

Objetivo: Acessar o inconsciente pessoal e coletivo, deixando surgir imagens arquetípicas, instintivas, ricas em conteúdos simbólicos; proporcionar consciência e autoconhecimento, relaxamento e bem-estar; trabalhar com o lado visceral (pois leva o indivíduo aos estados mais regressivos da psique).

2.4.2. *Técnica: Conto de Fadas e Patchwork* (MOREIRA, 2006, p. 23)

Material: Tecido algodão em retângulo (retalho de tecidos de vários tipos, cores e estamparias), agulha, linha colorida, tesoura, alfinete.

Objetivo: É uma técnica projetiva, pois os contos de fadas incentivam as pessoas a projetarem seus conteúdos internos; o ato de tecer e destecer da história é muito simbólico, remetendo a pessoa a refletir sobre o que, na vida dela, necessita ser destecido, desmanchado, para tecer seus projetos; o trabalho com patchwork também tem uma função bem simbólica, que é juntar partes que vão construir o todo.

2.4.3. *Técnica: Desenho* (OAKLANDER, 1980, p. 35)

Materiais: folhas A4, lápis de cor, hidrocor, giz de cera.

Objetivos: trabalhar a imaginação, criatividade, representações do inconsciente.

Passo-a-passo: solicitação de uma sequência de desenhos:

Feche os olhos e entre no seu espaço. Veja o seu mundo – como ele é para você? Como você mostraria o seu mundo no papel só usando curvas, traços e formas? Pense nas cores no seu mundo. Quanto espaço cada coisa tomaria no seu papel? Onde você se colocará no desenho?

3. Metodologia

A pesquisa foi desenvolvida por meio da revisão bibliográfica. Foram colhidos dados bibliográficos de diversos autores relacionados ao tema em livros e artigos científicos obtidos em revistas e periódicos, a fim de fundamentar os conceitos trazidos e atingir os objetivos inicialmente propostos.

4. Resultados e discussão

Os resultados encontrados apontam que a arteterapia, enquanto técnica interventiva que favorece a criatividade, a espontaneidade, o acesso a conteúdos do pré consciente e do inconsciente, pode afetar significativamente a autoestima e a autoconfiança, fortalecendo a criança e preparando-a para dar continuidade a sua vida. Portanto, a arteterapia é um importante recurso de promoção e reestabelecimento do equilíbrio interior da criança, uma vez afetada em virtude da separação dos pais.

5. Conclusões

A repercussão da separação na vida cotidiana da criança é um problema de tamanha relevância que passa a ocupar grande parte das preocupações de familiares e terapeutas. Essas são razões pelas quais foram expostas neste artigo, não somente formas de esclarecer o sofrimento da criança em aceitar a separação, mas também para compreender os sintomas que elas apresentam em curto e longo prazo, dentre eles destaca-se baixa autoestima, regressão e tristeza.

Pode-se pensar, a partir do presente artigo, que a arteterapia proporciona maiores ganhos no desenvolvimento emocional dessas crianças, oferecendo-lhes um espaço de aceitação e acolhimento. Através de técnicas voltadas para o contexto da criança, ela pode expressar o que está sentindo, da mesma forma que pode ter um contato maior com aspectos de si.

Faz-se necessário que os pais, familiares, terapeutas, educadores e professores estejam atentos a mudanças na rotina da criança e como é sua reação a essas mudanças.

Espera-se que novas pesquisas venham ajudar, não somente como forma de compreensão desse sofrimento, mas de forma a contribuir para melhorias na qualidade de vida dessas crianças, que agora não possuem mais todos os membros da família residindo no mesmo ambiente, visando ao fim desse sofrimento e à compreensão pela criança do seu novo modo de conviver com seus pais.

REFERÊNCIAS BIBLIOGRÁFICAS

ANDRADE, Liomar Quinto de. *Terapias expressivas: arte-terapia – arte-*

educação – terapia-artística. São Paulo: Vetor, 2000.

CARVALHO, Maria Margarida M. J. de. Prefácio. In: Liomar Quinto de. *Terapias expressivas: arte-terapia – arte-educação – terapia-artística*. São Paulo: Vetor, 2000.

CIORNAI, Selma. Arte-terapia: o resgate da criatividade na vida. In: CARVALHO, Maria Margarida M. J. de (Org.) *A arte cura? Recursos artísticos em psicoterapia*. Campinas: Psy II, 1995.

DOLTO, Françoise. *Quando os pais se separam*. Rio de Janeiro: Zahar, 1985.

MOREIRA, Patrícia Rose Teixeira. *Arte-terapia: comece onde você está construindo sua própria imagem*. Maceió, 2006.

OAKLANDER, Violet. *Descobrendo crianças: a abordagem gestáltica com crianças e adolescentes*. São Paulo: Summus, 1980.

PHILIPPINI, Angela. Arteterapia, um caminho. *Revista Imagens da Transformação*. Rio de Janeiro: Pomar, 1995.

_____. *Cartografias da coragem. Rotas em arteterapia*. Rio de Janeiro: Pomar, 2000.

_____. *Para entender arteterapia: cartografias da coragem*. Rio de Janeiro: Wak, 2004.

URRUTIGARAY, Maria Cristina. *Arteterapia: a transformação pessoal pelas imagens*. Rio de Janeiro: WAK, 2004.

WALLERSTEIN, Judith; LEWIS, Julia; BLAKESLEE, Sandra. *Filhos do divórcio*. São Paulo: Edições Loyola, 2002.

WINNICOTT, Donald Woods. A preocupação materna primária. In: _____. *Da pediatria à psicanálise: obras escolhidas*. Rio de Janeiro: Imago, 2000.

_____. Teoria do relacionamento paterno-infantil. In: _____. *O ambiente e os processos de maturação: estudos sobre a teoria do desenvolvimento emocional*. Porto Alegre: Artes Médicas, 1983.