

## Arteterapia na perspectiva da Gestalt-terapia: Uma revisão narrativa

Tácila Santos Andrade<sup>1</sup>

Aline Tonheiro Palmeira<sup>2</sup>

<sup>1</sup> Aluna da graduação de Psicologia da Escola Bahiana de Medicina e Saúde Pública (EBMSP), autora do TCC. Salvador, Bahia, Brasil. [tacilaandrade19.2@bahiana.edu.br](mailto:tacilaandrade19.2@bahiana.edu.br)

<sup>2</sup> Orientadora da aluna Tácila Santos Andrade, professora adjunta do curso de Psicologia da EBMSP. Salvador, Bahia, Brasil. [alinepalmeira@bahiana.edu.br](mailto:alinepalmeira@bahiana.edu.br)

### Resumo |

**Introdução:** A arteterapia funciona como um dispositivo de qualidade de vida com uma finalidade terapêutica. A Gestalt-terapia (GT) baseia-se no humanismo, existencialismo e fenomenologia e o terapeuta procura ampliar a consciência (awareness) do cliente e utilizar experimentos e abordagens à situação que favoreçam essa ampliação e a arte pode auxiliar na tomada de consciência do cliente, sendo este então um recurso importante na atuação do gestalt-terapeuta. **Objetivo:** Diante disso, este presente trabalho, tem como objetivo analisar a arteterapia na perspectiva da GT, visando a ampliação de trabalhos com essa temática. **Metodologia:** O artigo fundamenta-se na revisão narrativa de literatura de artigos e livros. Inicialmente buscou-se sobre conceitos básicos em arteterapia, para, em seguida, identificar articulações entre arteterapia e GT. Três categorias foram construídas: relação entre conceitos da GT e da arteterapia; a criatividade para a GT e o gestalt-terapeuta e o manejo da arteterapia no acompanhamento psicológico. **Resultados e discussão:** Foram encontrados resultados que ratificam a eficácia da arteterapia no processo terapêutico e da relevância dela ser entendida a partir do olhar da GT, sendo uma abordagem se propõe a favorecer o contato com o que há de mais genuíno no cliente através da atitude fenomenológica. **Considerações finais:** Concluiu-se que a arte é uma via de potência e que a GT tem muitos pontos que convergem com a arteterapia, um instrumento importante dentro e fora do processo terapêutico.

**Palavras-chave:** Gestalt-terapia. Arteterapia. Recursos artísticos.

## 1. Introdução

O adoecimento psíquico, segundo dados da Organização Mundial de Saúde, afeta cerca de uma a cada oito pessoas no mundo, e, por muito tempo, essas pessoas foram negligenciadas e tratadas de forma violenta e invasiva (OMS, 2022; Hirdes, 2009). Porém, ao longo dos anos, ocorreu e segue ocorrendo um processo de desinstitucionalização, que vai para além de retirar os indivíduos com algum transtorno mental dos manicômios, mas também, oferecer a essas pessoas um tratamento mais humanizado, possibilitando que eles sejam escutados, tenham sua subjetividade considerada e sua autonomia cada vez mais desenvolvida (Hirdes, 2009). Dentre as diversas estratégias eficazes e respeitosas existentes para lidar com o sofrimento psíquico, os recursos artísticos se apresentam como uma ferramenta de grande relevância, visto que, pode promover empoderamento, participação em espaços sociais, vivências e produções (Guerreiro, Meine, Vestena, Silveira, Silva & Guazina, 2022).

A arteterapia utiliza recursos artísticos para fins terapêuticos (Carvalho, 1995), podendo ser qualquer tipo de arte, seja pintura, colagem, atuação, escrita, música, dança. A terapia com arte funciona como um dispositivo de qualidade de vida que visa melhora na saúde, principalmente mental, do indivíduo e possibilita o acesso a questões subjetivas ainda não trabalhadas e, muitas vezes, não conscientes (Reis, 2014).

Freud e Jung foram uns dos primeiros a falarem sobre a importância da arte no processo terapêutico. A teoria freudiana diz que a arte é uma via potente de acessar o inconsciente, porque ela escapa mais facilmente da censura do que as palavras e funcionam como uma canalização da energia por meio da catarse (Reis, 2014). Porém, foi Jung, com a Psicologia Analítica, que começou a utilizar a arte na psicoterapia. Ele considera que, através dela, a energia psíquica transforma conteúdos inconscientes em imagens simbólicas (Silveira, 1992). Durante as sessões, pedia que seus pacientes exprimissem sonhos, sentimentos, situações, através da pintura ou desenho, e, considerava a obra uma expressão do inconsciente coletivo e individual (Ferreira, 2009).

No Brasil, a arteterapia foi influenciada principalmente por dois psiquiatras, Osório César, com um viés psicanalista, e Nise da Silveira, na perspectiva da Psicologia Analítica, considerados precursores no trabalho com arte em instituições psiquiátricas (Ferreira, 2009). Ambos foram importantes para mudança no tratamento dos pacientes psiquiátricos, que, passaram a expressar suas emoções através da arte, ao invés de reprimi-las e serem submetidos aos métodos vistos como efetivos na época, a exemplo da eletroconvulsoterapia (Reis, 2014).

Margaret Naumburg, educadora norte-americana, é considerada a pioneira na arteterapia por ter sido a primeira a estruturá-la, apesar de não ter sido a primeira a utilizar o termo arteterapia (Andrade, 1995, 2000). Seu método de ensino evidenciava a necessidade de expressão de conteúdos psíquicos na escola e formação do ser, e, com isso, mudou a educação do lugar que trabalhava por meio de expressões artísticas (Ciornai, 2004). A partir disso, ela viu que a arte também fazia sentido na psicoterapia, foi se interessando mais pelo tema e concluiu que se expressar artisticamente permite um diálogo entre o consciente e o não consciente (Andrade, 1995).

Atualmente, em relação à época de Naumburg, a psicoterapia clínica ampliou seu olhar e, cada vez mais, expressões para além das verbais e técnicas convencionais estão sendo validadas dentro da clínica, inclusive pela Gestalt-terapia (GT), abordagem que dará suporte teórico para este trabalho. Gestalt em alemão significa forma, configuração e não diz respeito aos fenômenos a partir de sua decomposição, uma vez que, se qualquer parte da configuração for alterada, teremos uma nova configuração (Perls, 1988). O ano de 1951 é considerado o marco do surgimento da GT, e chega com uma nova visão de homem, diferente das propagadas pela Psicanálise e pelo Behaviorismo (Frazão, 2022). No Brasil, tal abordagem começou a ser disseminada nos anos 70, em meio à ditadura militar e repressão e, por sua visão de ser humano, mundo e sua forma de se relacionar horizontalmente, psicólogos se interessaram pela abordagem e começaram a estudá-la (Frazão, 2022).

A GT baseia-se em um tripé filosófico - humanismo, existencialismo e fenomenologia -, lançando possibilidades de compreensão sobre o ser humano e, apesar de não convergirem, avançam paralelamente à procura de um ponto comum (Ribeiro, 1985). Primeiramente, humanismo é definido como o ser humano tomando posse de si mesmo, para compreender o mundo e utilizar isso na compreensão de si, ou seja, o humanismo tem o indivíduo como centro, só o homem existe, as coisas são (Ribeiro, 1985).

De acordo com a perspectiva existencialista, o ser humano é livre para escolher aquilo que quer ser a cada instante, em cada decisão tomada, precisando responsabilizar-se por elas e, assim, sustentá-las (Cardoso, 2022). Liberdade é um conceito amplo no existencialismo, mas é importante destacar que ela não está vinculada apenas a escolhas, e sim a um contexto já posto, como Sartre cita em seu livro “O ser e o nada”,

Longe de podermos modificar nossa situação ao nosso bel-prazer, parece que não podemos modificar-nos a nós mesmos. Não sou "livre" nem para escapar ao

destino de minha classe, minha nação, minha família, nem sequer para construir meu poderio ou minha riqueza, nem para dominar meus apetites mais insignificantes ou meus hábitos (Sartre, 1997, p.593).

Por fim, o termo fenomenologia significa “estudo dos fenômenos”, ou seja, do que é dado à consciência, considerando sua intencionalidade, visto que, fenomenologicamente, a consciência é sempre consciência de alguma coisa e supera a lógica dicotômica de sujeito-objeto, uma vez que, nada tem valor fora da correlação consciência-objeto (Rehfeld, 2022).

Após essa sucinta definição de humanismo, existencialismo e fenomenologia, pode-se entender que, para a GT, o cliente é o protagonista do processo, tomando consciência de si e de suas escolhas. Logo, as técnicas utilizadas na abordagem sempre têm em vista promover contato e fluidez na formação de Gestalten, levando em consideração primordialmente a singularidade de cada situação (Figueiroa, 2021). Nesse sentido, na GT o mais importante não é aplicar a técnica em si - até porque todo método é válido desde que faça sentido para o cliente -, mas sim o terapeuta procurar contribuir para ampliação da consciência (awareness) do cliente e utilizar abordagens ou experimentos que favoreçam essa ampliação. Assim, é importante para o gestalt-terapeuta a busca de um sentido, que é colocado pelo cliente, visando chegar a uma gestalt mais completa (Porto, 1985).

No livro “Processo, diálogo e awareness”, Gary Yontef diz que as técnicas da GT são tarefas experimentais, meios de expandir a experiência direta. Não foram feitas para levar o paciente a algum lugar, mudar os sentimentos do paciente, recondicionar ou propiciar catarse (Yontef, 1998). A arte pode, portanto, ser um recurso significativo na prática clínica do gestalt-terapeuta, dado que, em certas circunstâncias, auxilia na tomada de consciência do cliente. No entanto, percebe-se uma carência de estudos, principalmente de artigos publicados, que articulem a arteterapia e a GT, evidenciando suas convergências. Diante disso, visando uma ampliação do assunto, para que tais aspectos atuem progressivamente mais em conjunto no processo terapêutico, este presente trabalho tem como objetivo analisar a arteterapia pela visão da GT.

## **2. Metodologia**

O presente trabalho é uma revisão narrativa qualitativa de artigos e livros que discutem a temática arteterapia na visão da GT, visando contribuir para um assunto que não é frequentemente abordado. A revisão narrativa ou tradicional proporciona maior

entendimento de certo tema, consistindo em uma análise qualitativa de livros e artigos. Neste caso, majoritariamente não há uma pergunta norteadora, assim como não é necessário informar com exatidão a quantidade dos materiais utilizados, nem as fontes de informação serem previamente descritas (Rother, 2007; Cordeiro, Oliveira, Rentería & Guimarães, 2007).

Inicialmente, buscou-se artigos e livros, publicados em português, que abordassem o tema da arteterapia na psicologia, com o intuito de identificar principais conceitos e aplicações. Em seguida, foi feita uma pesquisa sobre o uso da arteterapia na GT, com o objetivo de encontrar pontos de aproximação entre essas perspectivas, possíveis divergências e a forma que a arteterapia é adotada na abordagem gestáltica.

Logo após, foi feita, nos artigos e livros encontrados, uma busca específica, na intenção de rastrear quais conceitos e ideias da GT eram utilizados para dialogar com conceitos e propostas da arteterapia e assim, definir as categorias do artigo. Assim, as categorias definidas foram: relação entre conceitos da GT e da arteterapia; criatividade para a GT e sua relação com a arteterapia e o gestalt-terapeuta e o manejo da arteterapia no acompanhamento psicológico.

### **3. Resultados e discussão**

Para o gestalt-terapeuta, fazer arte pode ser terapêutico, porque, quando são experienciados como processos, essas atividades artísticas permitem o autor se conhecer como uma pessoa inteira (Zinker, 2007). Na experiência com arte, tem-se insights que mostram com mais clareza como geralmente percebemos e como essas percepções são influenciadas por quem somos individualmente (Rhyne, 2000).

Processos artísticos, assim como outros processos experienciais, podem ser um recurso valioso para ajudar a intensificação do contato, que tem raízes em funções tais como ver, cheirar, sentir, mover. Falar não é uma avenida direta de contato com nossas realidades internas ou nosso ambiente; apenas nomeia e às vezes ajuda a organizar o que contactamos com os sentidos (Ciornai, 2004, p.14).

Identificou-se, a partir desses autores, a arteterapia como uma possibilidade de experienciar o contato e a ampliação de consciência, assim como outros recursos, a exemplo da fala. A arte como essa via de acesso a conteúdos não conscientes e/ou não elaborados apareceu como aspecto central na compreensão da GT em relação ao uso de recursos artísticos e, a partir desse ponto, foi viável pensar as categorias a seguir.

### *3.1 Relação entre conceitos da GT e da arteterapia*

Foi possível identificar que, em diversos textos pesquisados, conceitos da GT foram abordados e articulados com aspectos da arteterapia. Alguns autores fizeram esse esforço de aproximação e de manutenção da consistência teórica, e se destacou a relação da awareness e de aspectos da psicologia da Gestalt com a arteterapia. Entende-se que esse esforço de diálogo teórico diz respeito à necessidade de congruência na aproximação desses saberes.

#### *3.1.1 Awareness e arteterapia*

Awareness é a "tomada de consciência global no momento presente, atenção ao conjunto de percepção pessoal, corporal e emocional, interior e ambiental (consciência de si e consciência perceptiva)" (Ginger & Ginger, 1995, p. 254). Assim, poder estar no aqui e agora se faz fundamental para que a awareness ocorra e, no que se refere à arteterapia, também é um aspecto necessário. É esse movimento de estar aqui e agora que acontece enquanto se produz arte, o cliente está aware na sua obra, e, em muitos momentos, consegue aproximar-se de Gestalten abertas, ressignificando-as com auxílio da arte. Mesmo que haja algum controle, algo do cognitivo, racional, existe espontaneidade enquanto se faz arte, o que PHG (1997) chamam de uma espécie de awareness intermediária, em que o autor não está inconsciente à obra, nem completamente racional.

Rhyne (2000) usa o termo "memórias sensoriais" para designar as memórias que palavras não dão conta da forma convencional. Nesse sentido, acredita que a arte é mais eficaz ao trazer à consciência tais memórias, visto que, memórias sensoriais são mais bem estimuladas por experiências sensoriais (Rhyne, 2000). Na experiência de arte gestáltica são observados sons, texturas e movimentos criados, a fim de perceber quais memórias sensoriais são expressas nela, para que se possa tornar consciente tais questões.

Diante disso, percebe-se que nem sempre haverá clareza sobre o quanto a criação artística afetou o indivíduo, mas é possível notar uma relação direta entre estar aware e produzir arte, visto que quanto mais conectada a pessoa estiver com o presente e consigo, mais atribuição de sentido será dada ao que é feito e as mudanças serão percebidas. Essa compreensão sobre os deslocamentos eventualmente não aparecerá por meio do aspecto cognitivo, é mais profundo que isso. Por vezes, sente-se no corpo - a exemplo de uma dor física que o indivíduo tem, ao passo que externa seus entraves emocionais através da arte, a dor vai cessando - e, essa percepção só se tornará consciente se o cliente puder sustentar tal desconforto da dor e de sua travessia, ampliando consciência sobre si (Rhyne, 2000).

A arteterapia na Gestalt tem como foco essa ampliação de consciência de como cada um se percebe interiormente, e, ao se expressar pela arte, busca de alguma forma materializar o que corresponde às suas imagens internas, entrando em contato consigo mesmo através dos sentidos. Sendo assim, em todo processo que utiliza recursos artísticos, o cliente é convidado a exercitar sua autopercepção corporal e emocional e, através dessa awareness ampliada, tornar-se mais conhecedor das suas gestalten inacabadas (Rhyne, 2000).

### 3.1.2 Psicologia da Gestalt e arteterapia

A psicologia da Gestalt surge no século XX e tem diversos princípios dentro da Teoria de formas, permitindo os indivíduos configurar, desconfigurar e reconfigurar formas e estruturas, o que leva a novos insights e awareness sobre si e suas questões (Ciornai, 2004; 2021). No livro “Percursos em arteterapia”, Ciornai (2004) traz que três aspectos são relevantes para o entendimento das convergências entre esse tema e arteterapia, sendo eles: o princípio do isomorfismo, a percepção de totalidades e a percepção de formas como um registro de dinâmicas passadas.

O primeiro, o princípio do isomorfismo (iso= igual / morfismo= forma), diz que fenômenos psíquicos e físicos, na perspectiva da GT, são isomórficos, ou seja, “uma imagem é estruturalmente similar ao comportamento do organismo que a criou” (Ciornai, 2004, p.86). Nesse sentido, Rhyne (2000), afirma que a arte tem muito a ver com a forma que o artista vê, sente, pensa, mesmo que esse processo seja feito de forma não consciente. Dessa maneira, quando se faz uma obra de arte, há algo expresso nela que tem similaridade ao que se é, assim como, quando há a interpretação de uma obra, também tem um tanto do sujeito ali, sua subjetividade sempre atravessa seu olhar na forma que compreende e interpreta a arte. Prova disso é quando pessoas diferentes descrevem a mesma imagem por perspectivas antagônicas (Rhyne, 1977, apud Ciornai, 2004).

Já no segundo aspecto, percepção de totalidades, a psicologia da Gestalt atualizou o conceito de percepção, colocando-o como algo para além da recepção passiva, envolvendo um processo mental ativo e criativo (Ciornai, 2004). Os seus principais fundadores, Wertheimer, Kohler e Koffka, entendiam que não havia como separar o processo “interno” (sensações) do “externo” (percepções), ou seja, consideravam que para analisar o ser humano é necessário integrar todas as partes dele (Frazão, 2022). A ideia de parte e todo para a psicologia da Gestalt é que o todo é diferente das somas das partes, visto que, uma vez que uma parte da configuração for alterada, teremos uma nova

configuração (Frazão, 2022), e Rhyne (2000), traz que o ser humano se enxerga enquanto parte de uma configuração que está em constante mudança, e muito dessa compreensão é expressa não verbalmente e simbolizada pelas palavras. Nesse sentido, Rhyne (1978, apud. Ciornai, 2004, p. 91) afirma que “a Arteterapia Gestáltica lida com a configuração total da expressividade pessoal nas mensagens visuais, no tom de voz, na linguagem corporal, assim como no conteúdo verbal”.

O último enfoque dado por Ciornai, a forma como um registro vivo da história passada, fundamenta-se no conceito do aqui-agora e na dinâmica figura/fundo. Aqui-agora diz respeito ao fato de se estar nesse momento, com esse corpo, e por mais que pense sobre o passado e o futuro, entende-se que isso é transformado em presente quando aparece na situação emergente, e torna-se figura (Ciornai, 2004; Zinker, 2007). A psicologia da Gestalt destaca a relação figura/fundo como um movimento que se altera de acordo com a necessidade e o contexto, em que uma parte se destaca, a figura, enquanto o resto fica como fundo e juntos formam uma Gestalt, uma totalidade (Frazão, 2022). A arte pode ser uma via para fluidificar a relação figura/fundo, que por vezes pode estar cristalizada, enrijecida, e assim, gerar mudança e elaboração em relação a uma dada questão. No instante em que a arte está sendo produzida, emergirão algumas figuras no processo, que podem ou não ser reconhecidas imediatamente, justamente por estarem em um campo da não consciência, que é importante ser explorado: “Usar a experiência de arte para transpor nossas barreiras e elaborar imagens dos sentimentos que rejeitamos é um meio de aliviar a nossa própria alienação” (Rhyne, 2000, p.177).

Posto isso, esses três aspectos não apenas dialogam com a arteterapia, mas também dialogam entre si, visto que todos abordam a ideia de integração, seja entre o artista e a arte, o “externo” e o “interno” ou na relação figura/fundo. Porém, é preciso ressaltar que a totalidade do ser nunca poderá ser capturada de forma absoluta, portanto, por mais que a GT pense nesse processo de integração do todo, ele existe para além do que se pode teorizar, porque não há teoria que contemple o mistério do ser humano (Cardella, 2020). Nesse caminho, Gilberto Gil diz: “mistério sempre há de pintar por aí” e é verdade, a vida tem seus mistérios e o ser humano também, mas a arte permite que mistérios não só pintem por aí, como também sejam pintados, dançados, transformados em músicas e em poesias.

### *3.2 A criatividade para a Gestalt- Terapia*



A criatividade é vinculada com o novo, o espontâneo, o descobrir e aparece associada ao ajustamento criativo por ser um potencial para a mudança (PHG, 1997; Zinker, 2007). Ajustamento criativo é um conceito fundamental da GT, sendo a forma que a pessoa se adapta diante de uma circunstância, qualquer que seja, tanto que PHG (1997) sugerem que cada contato é um ajustamento criativo pessoa-meio, tendo em vista que a todo tempo as pessoas se ajustam criativamente no espaço em que estão.

O ajustamento criativo é a melhor forma que o indivíduo encontra de se autorregular naquele momento, porém, tal comportamento pode tornar-se disfuncional – gerando algum grau de desorganização -, pois está desatualizado e já não tem a função de dar suporte que tinha antes. Nesse momento, a psicoterapia tem papel fundamental de auxiliar na capacidade do cliente restabelecer uma forma de autorregulação mais saudável para si (Cardella, 2020; Frazão, 2021).

A criatividade, como uma característica intrínseca ao ser humano, é uma via para o ajustamento criativo. Para a GT, todos têm a capacidade de criar e utilizar a criatividade, inclusive, para expressar-se artisticamente e, nesse caminho, Zinker (2007) traz que o ato criativo é uma necessidade básica e que devemos correr o risco de projetar nossas imagens mais íntimas em objetos, palavras e outros símbolos.

O processo criativo, para a GT, é terapêutico por si só e os recursos artísticos podem auxiliar na expressão da criatividade, pois no processo de criação, o indivíduo percebe que é capaz de criar na vida e ser protagonista da sua existência (Ciornai, 2021). Uma experiência com arte pode ser a ‘porta de entrada’ para expressões da criatividade, em diversos âmbitos, mas, isso só acontece se houver o que Rhyne (2000) chama de “fantasiar criativamente”, que é dar vazão às suas fantasias e ao desconhecido.

Entende-se que a fantasia faz parte de todos os seres e não a admitir é negar a própria existência em sua totalidade, sendo assim, a fantasia pode ser conceituada como a capacidade de tornar visível a imaginação, tendo o papel de assimilar a realidade (Rhyne, 2000). Para Perls (1969, apud. Rhyne, 2000), a arte surge quando se integra fantasia à realidade, sendo real ao passo que também é uma ilusão.

Outro conceito que dialoga com o “fantasiar criativamente” de Rhyne, é a coragem de se arriscar ao fracasso para viver algo novo (Zinker, 2007), e, assim, a GT busca o estado em que o criar se distancia da aprovação em prol de estar aberto a alternativas (Toledo, 2021). Trazendo para a perspectiva da arte, por vezes a obra não sairá do jeito que se imagina, portanto, faz-se necessário se desprender do conceito de belo e fazer as pazes com o estranhamento (Toledo, 2021), em que o artista se desprende da exigência

de querer que a arte fique esteticamente bonita, e a percebe como algo mais profundo, podendo, até mesmo, no percurso da psicoterapia, relacionar o fazer as pazes com o estranhamento com o fazer as pazes com as próprias estranhezas, partes que considera não tão agradáveis, mas que o compõem.

Contudo, criatividade em demasia é disfuncional, portanto, o ajustamento vem para que haja equilíbrio e fluidez. Ajustamento e criatividade são opostos, e justamente por isso, precisam um do outro, “criatividade que ajusta e um ajustamento que cria, polaridades que se inter-relacionam e compõem a totalidade” (Cardella, 2020, pp. 112). No que se refere aos ajustamentos criativos e recursos artísticos, a associação pode se dar tanto com a arte sendo o próprio ajustamento criativo – usar a arte como forma de expressão e assim enfrentar melhor os conteúdos sensíveis – quanto sendo o meio para que ajustamentos criativos surjam, por exemplo, ao ouvir música e ter insights sobre uma dada situação e formas de mudá-la.

Diante do que foi posto, é possível verificar a relevância da criatividade e do ajustamento criativo para a GT no processo artístico. Zinker (2007) diz que dentro do processo criativo, a condição indispensável é a mudança, ou seja, criar sempre vai resultar em mudança, mesmo que seja imperceptível no primeiro momento. E assim também é com a arte, a cada arte produzida, há transformação interior.

### *3.3 O Gestalt-terapeuta e o manejo da arteterapia no acompanhamento psicológico*

A clínica gestáltica requer do terapeuta capacidade de “acolher e honrar o mistério, o que escapa à racionalidade” (Cardella, 2021, p. 57) e, nesse sentido, baseia-se na fenomenologia que, por sua vez, fundamenta-se na compreensão pré-reflexiva, deixando aflorar a intuição, percepção, sentimentos e sensações, que resultam em uma compreensão global acerca do que está posto (Rehfeld, 2022).

Rhyne (2000) traz que na experiência gestáltica com arte, uma parte importante são as percepções sensoriais, para além do cognitivo, e afirma que as coisas não têm um significado próprio, a priori elas apenas são. Porém, a forma que o artista as compreende dá um significado a elas, sendo assim, o gestalt-terapeuta deve utilizar-se da atitude fenomenológica e não interpretar a arte trazida pelo cliente, mas sim ajudá-lo, através de experimentos e questionamentos, a encontrar sentido na sua arte. Ao passar pelo processo de descrever formas, o cliente descreverá a si próprio, segundo o princípio do isomorfismo, desenvolvido anteriormente (Ciornai, 2004; Belmino, 2021).

Além do método fenomenológico e de princípios das bases conceituais da GT, gestalt-terapeutas que trabalham com arte também destacam a relação entre características do material ou da produção artística e sua relação com os acontecimentos do momento psicoterapêutico. Nesse sentido, Belmino (2021) destaca a metáfora que surge, algumas vezes, no trabalho com aquarelas. A autora discute que pode ocorrer a cristalização de questões do cliente e o uso de aquarelas é capaz de ser eficaz para a fluidificação, justamente pelo simbolismo em torno da água: purificação, fluidez, vida e morte (Belmino, 2021). Uma das virtudes do trabalho com aquarela é a capacidade de transformação ao passo que a água vai se espalhando, tendo-se pouco ou nenhum controle sobre o que acontece, pois a água e as manchas criadas por ela tornam concretas a imprevisibilidade dos acontecimentos (Belmino, 2021).

Dessa forma, se faz notório que, para a GT, o mais importante não é necessariamente o conteúdo das histórias, tendo em vista que tal questão aparece naturalmente ao longo da psicoterapia, mas como o cliente se expressa diante da situação vivida – neste caso, como expressa e traduz sua arte (Mendonça & Brito, 2018). Sendo assim, no processo da arteterapia, com a base fenomenológica, a experiência descritiva é estimulada, ao passo que o terapeuta precisa estar atento não apenas aos conteúdos explícitos, mas ao contexto total, como a relação entre as figuras, as ênfases na apresentação, o que está contemplado e o que foi deixado de fora (Belmino, 2021; Rhyne, 2000).

É possível pensar a relação dialógica, proposta por Buber (2009), também na forma como o gestalt-terapeuta maneja os recursos artísticos no processo psicoterapêutico. Simplificadamente, Eu-Isso coisifica, nomeia e a relação Eu-Tu é o momento movido pela reciprocidade e presença, de forma que ambos desempenham funções importantes (Mendonça & Costa, 2021). Buber (2009) diz que o Tu encontra o Eu e o Eu entra em conexão imediata com ele, face-a-face. Assim, o cliente traz a arte, porque, mesmo que ela não emita uma resposta, seu Eu está se relacionando com ela e há uma autêntica relação, considerando que a arte atua sobre o artista e o artista atua sobre a arte.

Além da relação cliente-arte, é viável pensar a arte como uma via de estabelecimento da relação Eu-Tu, entre cliente e terapeuta (Toledo, 2021). Nesse momento, a arte acontece no entre da relação terapeuta-cliente, no momento Eu-Tu, em que ambos, terapeuta e cliente, se encontram de forma inexplicável (Toledo, 2021). Contudo, para que tal conexão aconteça, o vínculo precisa estar bem estabelecido, para que o cliente tenha abertura para se expressar de forma livre (Cardella, 2021).

Diante do que foi posto, percebe-se o gestalt-terapeuta como um apoio ao cliente, com o papel de auxiliá-lo a encontrar sentido na sua produção artística bem como sustentar o que emergir dela. Entende-se a atitude fenomenológica como via principal para fomentar uma situação de expressão de si pela arte e para a integração dessa expressão à compreensão de si, por parte do cliente. Assim, é possível construir espaço-tempo para a espontaneidade, a partir da compreensão, sentimentos e relação que contemplem, mas também possam ultrapassar padrões já conhecidos, valorizando sentidos pessoais a partir de re-visões entre figura-fundo.

#### **4. Considerações finais**

Percebe-se que a própria história da arteterapia aponta para seu uso em diversas abordagens teóricas e locais de atuação, sendo mais uma possibilidade de expressão de si. Na perspectiva da GT, este trabalho identificou que a arteterapia relaciona-se com conceitos fundamentais dessa abordagem. Em relação a awareness e psicologia da Gestalt, foi percebido que o artista estar aware no momento de produzir a arte, faz com que ele tenha consciência das gestalten inacabadas, assim como perceba quais partes dele estão contidas na arte e quais figuras emergiram. Ademais, a criatividade para a GT é intrínseca ao ser humano, portanto, todos possuem potencial criativo para expressar-se artisticamente. O ajustamento criativo também aparece no processo da arteterapia, podendo ser a arte o próprio ajustamento, ou um caminho para encontrá-lo.

Com relação ao gestalt-terapeuta no processo, a base é a fenomenologia, portanto a atitude fenomenológica e técnicas que possibilitem o cliente dar-se conta do conteúdo implícito na obra são fundamentais. Através do vínculo terapêutico, esse processo se dá de forma mais espontânea e fácil, tendo em vista que o cliente se sente mais confortável para acessar conteúdos difíceis. Assim, observa-se que a arte, para a GT, se organiza como mais uma via de expressão, não desvalorizando a expressão verbal, mas garantindo espaço para as memórias sensoriais que, no processo, podem ganhar sentidos diversos.

Contudo, uma dificuldade percebida foi entender melhor as repercussões práticas da arteterapia na Gestalt, tendo em vista poucos estudos empíricos. Ressalta-se que as fontes do trabalho foram majoritariamente livros, sendo assim necessário que haja mais artigos que correlacionem as temáticas, a fim de promover maior compreensão destas.

Por fim, ressalta-se a importância de recursos artísticos dentro do processo terapêutico e fora dele, tendo em vista que a arte tem potencial de aflorar a criatividade

do indivíduo e do coletivo, sendo uma via importante também de cuidado em saúde mental.

## Referências

- Andrade, L. Q. (1995). Linhas teóricas em arteterapia. In M. M. M. J. de Carvalho (Org.), *A Arte Cura? Recursos artísticos em psicoterapia* (pp. 39-54). Campinas, SP: Editorial Psy II.
- Andrade, L. Q. (2000). *Terapias expressivas*. São Paulo, SP: Vetor.
- Belmino, W.O (2021) Aquarela como recurso terapêutico. In L.M. Frazão & K.O. Fukumitsu (Orgs.), *Recursos criativos em Gestalt-terapia* (pp. 125-148). São Paulo, SP: Summus editorial
- Buber, M. (2009) *Eu e Tu*. São Paulo, SP: Centauro editora.
- Cardella, B. H. P. (2020). Ajustamento criativo e hierarquia de valores ou necessidades. In L.M. Frazão & K.O. Fukumitsu (Orgs.), *Gestalt-terapia: conceitos fundamentais* (pp. 104-130). São Paulo, SP: Summus editorial.
- Cardella, B.H.P (2021). Relação, atitude e dimensão ética do encontro terapêutico na clínica gestáltica. In L.M. Frazão & K.O. Fukumitsu (Orgs.), *A clínica, a relação psicoterapêutica e o manejo em Gestalt-terapia* (pp. 55-82). São Paulo, SP: Summus editorial.
- Cardoso, C. L. (2022). A face existencial da Gestalt-terapia. In L.M. Frazão & K.O. Fukumitsu (Orgs.), *Gestalt-terapia: fundamentos epistemológicos e influências filosóficas* (pp. 59-75). São Paulo, SP: Summus editorial.
- Carvalho, M. M. M. J. (1995). O que é arteterapia. In M. M. M. J. Carvalho (Org.), *A arte cura? Recursos artísticos em psicoterapia* (pp. 23-26). Campinas, SP: Editorial Psy II.
- Ciornai, S. (Org.) (2004). *Percursos em arteterapia: arteterapia gestáltica, arte em psicoterapia, supervisão em arteterapia*. São Paulo, SP: Summus Editorial.
- Ciornai, S. (2021) Arteterapia: recurso milenar que se consolida como prática terapêutica. In L.M. Frazão & K.O. Fukumitsu (Orgs.), *Recursos criativos em Gestalt-terapia* (pp. 11-28). São Paulo, SP: Summus editorial
- Cordeiro, A.M; Oliveira, G.M; Rentería, J.M & Guimarães, C.A. (2007). *Revisão sistemática: uma revisão narrativa*. Rio de Janeiro, RJ: Grupo de Estudo de Revisão Sistemática do Rio de Janeiro (GERS-Rio). Recuperado de: <https://www.scielo.br/j/rcbc/a/CC6NRNtP3dKLGLPwcmV6Gf/?format=pdf&lang=pt>
- Ferreira, R. G. (2009). *Arteterapia - um processo expressivo*. Pós graduação Lato Sensu, Instituto A Vez do Mestre, Universidade Cândido mendes, Rio de Janeiro.

- Recuperado de:  
[http://www.avm.edu.br/docpdf/monografias\\_publicadas/c204164.pdf](http://www.avm.edu.br/docpdf/monografias_publicadas/c204164.pdf)
- Figueiroa, M. (2021). As técnicas em Gestalt-terapia. In L.M. Frazão & K.O. Fukumitsu (Orgs.), *A clínica, a relação terapêutica e o manejo em Gestalt terapia* (pp. 103-128). São Paulo, SP: Summus editorial.
- Frazão, L.M. (2021). Compreensão clínica em Gestalt-terapia: pensamento diagnóstico processual e ajustamentos criativos funcionais e disfuncionais. In L.M. Frazão & K.O. Fukumitsu (Orgs.), *A clínica, a relação psicoterapêutica e o manejo em Gestalt-terapia* (pp. 83-102). São Paulo, SP: Summus editorial.
- Frazão, L. M. (2022). Um pouco da história... um pouco dos bastidores. In L.M. Frazão & K.O. Fukumitsu (Orgs.), *Gestalt-terapia: fundamentos epistemológicos e influências filosóficas* (pp 11-23). São Paulo, SP: Summus editorial
- Ginger, S. & Ginger, A. (1995) *Gestalt: uma terapia do contato*. São Paulo, SP: Summus editorial
- Guerreiro, C., Meine, I.R., Vestena, L.T, Silveira, L.A., Silva M.P. & Guazina, F.M.N. (2022). A arte no contexto de promoção à saúde mental no Brasil. *Reserach, Society and Development*. Santa Maria, RS: Universidade Franciscana. Recuperado de: <https://rsdjournal.org/index.php/rsd/article/view/22106/23909>
- Hirdes, A. (2009). A reforma psiquiátrica no Brasil: uma (re) visão. *Ciência & saúde coletiva*, 14(1) (pp. 297-305). Gravataí, RS: Universidade de Gravataí. <https://doi.org/10.1590/S1413-81232009000100036>
- Mendonça, B.I.O & Brito, M.A.Q (2018). Mandala como recurso terapêutico na prática da Gestalt-terapia. *Revista IGT na rede*, 14(27) (pp. 273-290). Recuperado de: [Vista do Mandalas como recurso terapêutico na prática da Gestalt-Terapia<br>Mandalas as a therapeutic resource in Gestalt therapy practice \(igt.psc.br\)](http://www.igt.psc.br)
- Mendonça, M.M & Costa, V.E.S.M (2021). Eu-tu e Eu-isso. In D’acri, G., Lima, P. & Orgler, S. (orgs.), *Dicionário de Gestalt-terapia: “Gestaltês”* (pp. 97-100; 3a ed.). São Paulo, SP: Summus editorial.
- Organização Mundial da Saúde (2022, 8 de junho). *Um relatório sobre Problemas mentais*. Recuperado de: <https://www.who.int/news-room/fact-sheets/detail/mental-disorders>
- Perls, F. (1988). *A abordagem gestáltica e testemunha ocular da terapia*. Rio de Janeiro, RJ: editora LTC.

- Perls, F., Hefferline R., Goodman, P. (1997). *Gestalt-terapia*. São Paulo, SP: Summus editorial
- Porto, R. C. (1985). *Bases Filosóficas e implicações técnicas da Gestalt-terapia (Dissertação de mestrado)*. Rio de Janeiro, RJ: Universidade Getúlio Vargas. Recuperado de: <https://bibliotecadigital.fgv.br/dspace/bitstream/handle/10438/9704/000054691.pdf?sequence=1&isAllowed=y>
- Rehfeld, A. (2022). Fenomenologia e Gestalt-terapia. In L.M. Frazão & K.O. Fukumitsu (Orgs.), *Gestalt-terapia: fundamentos epistemológicos e influências filosóficas* (pp. 24-33). São Paulo, SP: Summus editorial.
- Reis, A. C. (2014). *Arteterapia: a Arte como Instrumento no Trabalho do Psicólogo. Psicologia, ciência e profissão* (vol. 34, N 1, pp. 142-157). Santa Catarina, SC: Complexo de Ensino Superior de Santa Catarina (CESUSC). Recuperado de: <https://www.scielo.br/j/pcp/a/5vdgTHLvfkzynKFHnR84jqP/?format=pdf&lang=pt>
- Ribeiro, J. P. (1985). *Gestalt-terapia: Refazendo um caminho*. São Paulo, SP: Summus editorial.
- Rother, E.T (2007). *Revisão Sistemática X Revisão Narrativa*. São Paulo, SP: Acta Paulista de Enfermagem. Recuperado de: <https://www.scielo.br/j/ape/a/z7zZ4Z4GwYV6FR7S9FHTByr/?format=pdf&lang=ptnarrativa/#:~:text=A%20revis%C3%A3o%20narrativa%20de%20literatura,reflexivas%20por%20parte%20do%20pesquisador.>
- Rhyne, J. (2000). *Arte e gestalt: padrões que convergem*. São Paulo, SP: Summus editorial
- Sartre, J.P (1997). *O ser e o nada – Ensaio de ontologia fenomenológica*. Petrópolis, RJ: Editora vozes.
- Silveira, N. (1992). *O mundo das imagens*. São Paulo, SP: Ática.
- Toledo, O.D. (2021). Arte, ousadia e deflexão: Práticas para a fluidez do olhar. In L.M. Frazão & K.O. Fukumitsu (Orgs.), *Recursos criativos em Gestalt-terapia* (pp. 29-56). São Paulo, SP: Summus editorial
- Yontef, G. (1998) *Processo, diálogo, awareness*. São Paulo, SP: Summus editorial
- Zinker, J. (2007). *Processo criativo em Gestalt-terapia*. São Paulo, SP: Summus editorial.