EXPRESSÕES NÃO VERBAIS NO SETTING TERAPÊUTICO

Uma linguagem da alma

O presente trabalho é fruto de investigações nas obras completas de Jung e de alguns autores que seguem sua linha de pensamento, e deram continuidade em suas práticas clínicas a algumas técnicas utilizadas por Jung enquanto analista. Entre estes cito: Verena Kast, Robert Johnson, Von Franz, Estelle Weinrib, Ruth Amman e Nise da Silveira que me auxiliaram nesta pesquisa, e mostraram a importância dessas técnicas não verbais para abordar questões do inconsciente. Foi também importante a contribuição de nossa colega Cristina Maranzana, ao relatar em sua monografia suas experiências clínicas com a cerâmica. ,

O que me atraiu a escrever sobre este tema foi por ter desde meus 9 anos de idade brincado com fios. Primeiro veio o bordado, depois o crochê, o tricô, a tapeçaria, a costura e assim foi até uns quarenta anos com mais intensidade, depois vieram os livros que passaram a ocupar mais espaço em minha vida. Tecia muito, e o fio foi o meu brinquedo favorito, que sem o saber, ajudou a organizar meus pensamentos, e aliviar as pressões impostas pela vida.

A psique com seu caráter criativo encontra nas práticas da psicologia analítica um espaço dinâmico que permite aos psicoterapeutas escolher sua forma mais adequada de promover um encontro com seu paciente onde os dois possam estar inteiros. Ressalto, no entanto, o cuidado que os psicoterapeutas devem ter para não se desviarem dos princípios éticos e dos limites que o profissionalismo requer, preservando sempre as bases teóricas e científicas nos atendimentos.

Jung a partir de suas próprias experiências internas, navegou por instâncias psíquicas que lhe permitiram entrar em contato com um mundo até então desconhecido pela maioria, porém real. O mundo da imaginação, a porta

de entrada para o inconsciente. Esta prática deu origem à técnica da imaginação ativa, utilizada hoje, no *setting* terapêutico.

Jung em seus momentos de crise, ao introverter-se, se deparou com uma riqueza interior que ameaçava devorá-lo, visto a intensidade da energia vinda de seu inconsciente. Para não enlouquecer, encontrou um recurso muito simples que lhe permitiu se organizar. Foi quando ele passou a desenhar e pintar. Mais tarde ele introduziu essa prática no tratamento de seus pacientes. Sobre esta experiência ele enfatiza que: "O valor dessa descoberta é inestimável, pois é o primeiro passo para a independência, a passagem para o estado psicológico adulto. [...] pois ao pintar-se a si mesmo ele está se plasmando" (JUNG, OC 16/1 par. 106). Foi a forma que ele encontrou para organizar suas fantasias e torná-las concretas, transformando a imaginação passiva em um ato criativo.

Após ter seguido pelo caminho do conhecimento literário, racional, onde aprendeu e ensinou o que a consciência pode alcançar, ao deparar-se com suas crises pessoais se recolheu e admitiu que precisava passar pela humilhação de voltar a brincar, pois não conseguia localizar sua angústia. Nesse momento, lembrou de suas atividades criativas da infância e resolveu brincar pois segundo ele, "Toda obra humana é fruto da fantasia criativa.[...] O homem, como diz SCHILLER, "só é totalmente homem, quando brinca" (JUNG, OC 16/1 par. 98).

O brincar é simular uma realidade. O adulto frente às suas angustias cujas origens desconhece, pode recorrer ao ato criativo para elaborar sentimentos indesejáveis. Este recurso os psicoterapeutas podem estender ao espaço terapêutico, considerando que na visão de Ammann "Na psicoterapia, tanto adultos como crianças encontram dentro de si "a criança pequena", que não consegue dizer "onde dói" (2002, p. 17).

A partir dessa afirmação, percebe-se a importância do ato criativo no setting terapêutico, pois apenas a linguagem verbal não dá conta de traduzir a variedade de emoções de alguns pacientes. A linguagem verbal por pertencer à dimensão da consciência está mais associada ao pensamento e na [psico]terapia as buscas vão além do racional, pois as causas de nossos

conflitos subjazem numa esfera mais profunda da psique associada aos sentimentos e emoções. Essas questões estão adormecidas no inconsciente onde a linguagem [verbal] nem sempre alcança.

Nossas emoções são viscerais portanto pertencem ao corpo[,] à natureza, associada à mãe terra, ao feminino, ao inconsciente. Para Jung "No desenvolvimento psicológico é importante que o médico deixe imperar a *natureza* (JUNG, OC 16/1 par. 42). Portanto, é preciso o rebaixamento da consciência, para que o corpo em seu estado de relaxamento manifeste suas emoções sem a interferência dos mecanismos de defesa que são de ordem racional. Quando as mãos estão em atividade o intelecto descança e há uma entrega ao mundo das emoções.

Utilizar técnicas usando as mãos, quando a linguagem for insuficiente, beneficia pacientes mais introspectivos, com dificuldade de expressão verbal, mas também pode ser indicado para pessoas com muita fluência verbal e com dificuldade de entrar em contato com suas emoções.

Nosso corpo é simbólico e uma leitura sutil pode revelar muito de sua história, pois ele traz as marcas das emoções por ele sentidas. Entrar em contato com esse corpo, através de novas vivências, utilizando o hemisfério direito do cérebro, o lado irracional permite que ele próprio transforme cada marca vivenciada e ressignifique sua história, pois ao fantasiar cria-se outra realidade.

Dahlke, 2007 nos alerta para uma sociedade que coloca a razão acima de tudo e nos deparamos a cada ano com o aumento de Alzheimer que leva a perda da razão. Talvez seja um convite para deixar fluir em nós outros tipos de inteligência que nos permita conectar com o coração.

Atividades expressivas em suas variadas modalidades, como[:] a colagem, o desenho, a pintura, a argila, os fios, o tecido, a caixa de areia e tantas outras técnicas que podem ser adaptadas de acordo com o espaço que cada psicoterapeuta dispõe. [falta conteúdo aqui] O importante é propor uma atividade criativa onde o paciente seja o autor de sua própria expansão. Jung recorreu aos atos criativos para seu próprio benefício e depois estendeu nos atendimentos de seus pacientes. Sobre isso ele escreve,

> “Mas, afinal, por que razão levo os pacientes a se exprimirem por meio de um pincel, de um lápis, de uma pena, quando atingem um certo estágio em sua evolução? Isto acontece nos momentos em que o paciente precisa transcender certos padrões psicológicos e o fazer e o criar faz dele autor de seu próprio processo, e lhe dá autonomia e o paciente nesta fase passa a ser ativo. Passa a representar coisas que antes só via passivamente e dessa maneira elas se transformam em um ato seu. (JUNG, OC 16/1 par. 185).

Essa prática de expressar o que brota do inconsciente, já nos foi transmitida por nossos ancestrais em tempos remotos. Sei adverte que “[…] desde a época das cavernas, o homem deixava rastros de sua história por meio de elementos gráficos impressos nas paredes de pedra.” Sei (2011, p. 15): Aqui fica evidente que em cada um de nós já existe a priori uma familiaridade com o ato de criar e de expressar graficamente nossas emoções. Deixar fluir os registros mais arcaicos vindos do inconsciente e transformá-los através das mãos, faz a conexão com nossas raizes arquetípicas, de onde brotam as imagens primordiais, que Segundo Jung, citado por Johnson 1989, p.38 ”formam o modelo biológico, segundo o qual nossa estrutura psicológica básica é formada”

O objeto da Psicologia análitica é o inconsciente coletivo que se estrutura sobre bases arquetípicas. Para Jung “O arquétipo representa essencialmente um conteúdo inconsciente, o qual se modifica através de sua conscientização e percepção, assumindo matizes que variam de acordo com a consciência individual na qual se manifesta”. (JUNG, [1976] 2000, p.17). Neste sentido, pode-se entender que a carga energética vinda do inconsciente coletivo amorfa e indiscriminada, pode ser lapidada através das mãos que em sua história remota fez a passagem da natureza para a cultura, quando transformava a terra em utensílios domésticos manufaturando panelas e potes para cozinhar os alimentos.

Para validar esta linha de raciocínio Ammann, (2002), p.22 nos diz “[...] talvez suas mãos possam dar forma ao “inconsciente” por meio de uma imagem e, assim, torná-lo visível”. Assim se faz a conexão da energia vinda do inconsciente[,] num diálogo criativo e caracterizado por um encontro onde

consciente e inconsciente não se sobrepõe[ponham] um ao outro, pelo contrário um colabora com o outro e se complementam no ato criativo. Desta forma se faz a transformação psíquica. As mãos possuem uma inteligência que lhes é própria, pois é uma inteligência corporal mais prática, que nos conecta com o arcaico, o primitivo, porém não menos importante que a inteligência racional.

> "Muitas vezes as mãos sabem resolver enigmas que o intelecto em vão lutou por compreender. Modelando um sonho, podemos continuar a sonhá-lo com mais detalhes, em estado de vigília, e um acontecimento isolado, inicialmente ininteligível, pode ser integrado na esfera da personalidade total, embora inicialmente, o sujeito não tenha consciência disto" (Jung, OC 8/2 § 180).

Fica, então, evidente que a experiência com as mãos pode[m] transformar aspectos da personalidade, mesmo que o indivíduo tenha um nível de consciência menos favorecida. Temos o exemplo em Nise da Silveira que em 1954, escreveu uma carta à Jung, onde ela diz que no Centro Psiquiátrico do Rio de Janeiro existe um atelier onde os doentes desenham e pintam com mais completa Liberdade. "Com minhas mais respeitosas homenagens, eu vos envio algumas fotografias de pinturas que me parecem mandalas, que foram pintadas espontaneamente pelos esquizofrênicos"

Jung, para surpresa dela, responde sua carta um mês depois dizendo que os desenhos têm uma regularidade notável, rara na produção dos esquizofrênicos, o que demonstra forte tendência do inconsciente para formar uma compensação à situação de caos do consciente.

Em seguida foi convidada por Jung para participar dos cursos do Instituto C. G. Jung em Zurique. Em 1957 ela fez uma exposição de arte psicopatológica no Congresso Internacional de Psiquiatria em Zurique na Suiça, onde mostra as obras produzidas pelos esquizofrênicos.

Nise tratou seus doentes mentais, que antes eram marginalizados e segregados, com respeito, dignidade e com "Emoção de Lidar". A partir destes conceitos, pode-se admitir que as técnicas da livre expressão, inspirada na arte, proposta por este trabalho pode enriquecer a atuação do psicólogo, pois as pesquisas revelam que os resultados dessas atividades terapêuticas, fazem emergir os conteúdos psíquicos que ainda se encontram numa dimensão subliminar da consciência. E é essa a busca do psicólogo no processo terapêutico.

Neste sentido, temos a contribuição da psicologia analítica, na fala de Jung ao se referir à arte e a psicologia, ele esclarece que,

> Apesar de sua incomensurabilidade existe uma estreita conexão entre esses dois campos que pede uma análise direta. Essa relação baseia-se no fato de a arte, em sua manifestação, ser uma atividade psicológica e, como tal, pode e deve ser submetida a considerações de cunho psicológico; pois, sob esse aspecto, ela, como toda atividade humana oriunda de causas psicológicas, é objeto da psicologia. (JUNG, 1991, p.54).

Não nos referimos aqui à arte propriamente dita, mas as atividades que se utilizam de materiais da arte, os lápis de cor, giz de cera, giz pastéis, tintas, papéis de diversas texturas e cores, argila, fios e uma variedade de outros materiais disponíveis que possam ser manuseados. Enquanto os objetos criam formas, Ammann complementa "[...] talvez suas mãos possam dar forma ao "inconsciente" por meio de uma imagem e, assim, torná-lo visível" (Ammann,2002, p. 22). Visto que o ato criativo possibilita o indivíduo a viver a vida com seu modo genuíno de ser. Confirmado por Ferrero de Sá ,ao dizer que "A capacidade de gerar idéias, diante de problemas ou situações de conflito, habilita o individuo a alargar fronteiras e gera a consciência ampliada e assim o arquétipo pode ser personificado" (Ferrero de Sá). Neste sentido podemos entender que a inspiração provocada pela fantasia e organizada pelo trabalho com as mãos que ao construir a torna real. Continuando, esta mesma autora acrescenta,

> "Entendo a personificação da faceta criativa na psique individual como aquela dotada de habilidade para expressar emoções, bem como para realizar suas fantasias; como aquela que transforma a inspiração em trabalho realizado, através de sua qualidade indestrutível que é a persistência. A capacidade de gerar ideias, diante de problemas ou situações de conflito, habilita o individuo a alargar fronteiras e gera a consciência ampliada" (Ferrero de Sá).

O setting terapêutico pode ser um dos raros momento em que o paciente consegue olhar pra si próprio e sentir-se protegido de outras influências externas, principalmente da mídia que tenta influenciar e confundir os pensamentos e sentimentos individuais. Então (Angela Philippini) sugere que

“Se deixe por um tempo o turbilhão de imagens alheias promovidas pela mídia, e se dedique um tempo na árdua, porém, fascinante e compensadora tarefa de pescar as próprias imagens nas profundezas psíquicas” (Angela Philippini)

Considerações finais

Percebe-se, que para lidar com a diversidade psíquica com que nos deparamos na clínica, as atividades criativas podem ser de muita valia, por oportunizar a descoberta, pelo próprio paciente, de suas competências e reconhecer sua autonomia durante o processo criativo.

Se como Jung descreve que a pessoa ao pintar está se plasmando, então podemos comparar ao desabrochar de uma rosa que se expande a partir do centro.

Retrocedendo no tempo, o ato de imaginar, fantasiar criar e a necessidade de expressar é inerente ao ser humano, desde os tempos da caverna. Sendo a proposta da psicologia analítica a realização dos arquétipos, ao dar vida para suas imagens, onde a psique repousa suas raízes, estamos personificando suas idéias. É preciso olhar para o homem primitivo que nos habita e seguir seu legado, pois assim podemos nos conecatar com nossa alma, já que, segundo Jung “ A alma é ao mesmo tempo mãe de toda ciência e vaso matricial da criação artística” Assim podemos através do ato criativo, no setting terapêutico, unir ciência e arte para uma psicologia mais humanizada.

REFERÊNCIAS BIBLIOGRÁFICAS

AMMANN, R. **A terapia do jogo de areia – imagens que curam a alma e desenvolvem personalidade.** São Paulo: Editora Paulus, 2002.

DAHLKE, Rüdiger. **A Doença como Linguagem da Alma.** São Paulo: Editora Cultrix, 2007.

FERRERO .S. www.ljpr.org.br.monografias.criatividade em psicoterapia. acesso em 04 out.2024.

PHILIPPINI, A.www.arteterapia.org.br>pdfs>imagnaspal.acesso em 04 out. 2024

JOHNSON. R.A**. Inner Work – A chave do Reino Interior** São Paulo: Editora Mercuryo, 1989.

JUNG, C.G. **A Prática da Psicoterapia.** Vol. XVI/I das Obras Completas. Petrópolis: Ed. Vozes, 1981.

_____. A Natureza da Psique. Vol. XVIII/2 das Obras Completas. Petrópolis: Ed. Vozes, 1984.

_____ . O Espírito na arte e na ciência. Petrópolis: Vozes, 1991.

SEI, M. B. **Arteterapia e Psicanálise.** São Paulo: Zagodoni, 2011.

SILVEIRA, N. **Imagens do Inconsciente.** Petrópolis: Vozes, 2015.

WEINRIB, E.L. **Imagens do Self.** São Paulo: Summus, 1993.