

# ARTE TERAPIA

**Cláudia Regina Santos Souza**

**Graduada em artes plásticas pela Faculdade de Artes Dulcina de Moraes**

**Pós-graduada em arte-terapia pela FTP - Faculdade de Tecnologia de Palmas**

A arte se apresenta como um expressar humano através de simbologia funcional, a qual materializa e permite a percepção dinâmica do significado dos atributos vitais, possibilitando a captação e a interação entre o homem e o seu meio em busca do almejado equilíbrio. Como instrumento tão profundo de exteriorização, revelação e intercâmbio, a arte pode ser orientada para um papel terapêutico, agindo como catalisadora das reações e cristalizadora do simbolismo que revela o mundo interior, o movimento emocional do indivíduo. Como a função primordial da arte é modificar e transformar o mundo, ela serve perfeitamente ao entendimento das possibilidades de atuação sobre o que é psíquico no ente humano, auxiliando a interpretação dos símbolos e sua assimilação.

A arte-terapia através de técnicas expressivas (pintura, desenho, escultura, dança, teatro...) possibilita que a pessoa exprima medos e necessidades que nem mesmo ela tenha consciência por estarem tão internamente ocultos. Facilita a expressão de sentimentos de difícil verbalização.

Através da arte-terapia a pessoa pode resgatar o lado lúdico da infância, não é aula de arte, é um meio terapêutico onde a linguagem artística é utilizada permitindo com que a pessoa amplie o conhecimento de si mesma e dos outros, aumente a auto-estima e a confiança, estimule a imaginação e a criatividade, identifique sentimentos e bloqueios na expressão emocional, desenvolva hábitos saudáveis, desbloqueie conflitos internos que são fonte de sofrimento. Aumentando o conhecimento interno de si, adquirindo uma maior estabilidade emocional. É indicada para pessoas de todas as idades.

Apesar de que formas visuais de expressão têm sido básicas a todas as sociedades através da história, foi somente por volta de 1930 que a Arte-terapia surgiu como profissão.

A terapia através da arte reconhece tanto os processos artísticos como as formas, os conteúdos e as associações, como reflexos do conhecimento, habilidades, personalidade, interesses e preocupações do indivíduo. O uso da arte como terapia implica que o processo criativo pode ser um meio tanto de reconciliar conflitos emocionais como de estimular auto-percepção e crescimento pessoal. Em adição ao seu uso em tratamentos terapêuticos, pode ser usada, também, na avaliação de indivíduos, casais, famílias e grupos. (ATA, Information and Membership).