



Psicologia - USU  
Saberes e questões

## **TÉCNICAS EXPRESSIVAS E A CLÍNICA JUNGUIANA << EXPRESSIVE TECHNIQUES AND THE JUNGIAN CLINIC >>**

TORRES, Lincoln<sup>1</sup>

**Resumo:** O artigo aborda o uso das técnicas expressivas, com destaque para a arteterapia, e sua importância no processo clínico e terapêutico como meio de auxiliar o analisando na representação de seus conteúdos inconscientes que, uma vez expressos e tendo o analista como facilitador, permite que ele se conscientize e amplifique as informações contidas nos símbolos viabilizando, assim, o curso do seu processo de individuação.

**Palavras-Chave:** Arte terapia; Clínica Analítica; Processo de Individuação; Símbolos; Terapia.

**Abstract:** The article deals with the use of expressive techniques, with emphasis on art therapy, and its importance in the clinical and therapeutic process as a means of assisting the analyst in the representation of his unconscious contents that, once expressed and having the analyst as a facilitator, allows that he becomes aware of and amplify the information contained in the symbols thus enabling the course of his process of individuation.

**Keywords:** Art therapy; Clinical Analytical; Process of Individuation; Symbols; Therapy.

### **Objetivos**

Como objetivo deste trabalho procura-se destacar a importância das técnicas expressivas para um melhor entendimento de sua importância para a formação como clínico Junguiano. Ressaltando a importância das técnicas expressivas, procura-se estimular que os futuros clínicos se especializem e se apropriem das respectivas técnicas para que assim possam fornecer a seus pacientes a melhor qualidade de atendimento possível, aproximando-se deste universo simbólico alcançado através das técnicas expressivas e da lide com os símbolos oriundos da psique.

### **Justificativa**

No 1º semestre de 2016 muitos temas importantes foram abordados no conteúdo programático da formação, mas um dos que mais despertou meu interesse, a ponto de estimular a escrita deste trabalho, foram as práticas das técnicas expressiva empregadas pela professora Cláudia Brasil. Mais especificamente, na aplicação de técnicas expressivas com a turma. Chamou a minha

---

Mestre em Psicologia pela Universidade Católica de Petrópolis, Coordenador da Graduação em Psicologia e da Pós-graduação em Psicologia Junguiana da USU. Pós-graduação Lato-Sensu em Psicologia Junguiana pelo (IBMR), Pós-graduação Lato-Sensu em Psicologia Junguiana, Arte e o Imaginário pela PUC-RJ.

especial atenção a ampla possibilidade no uso destas técnicas com modelagem, colagem, aguagem, desenhos utilizando-se diferentes materiais de pintura, dentre outros.

Outra justificativa para trabalhar este tema seria estimular o leitor para um aprofundamento nos estudos das técnicas expressivas que visam a aproximação entre consciente e inconsciente:

A pintura de quadros pelo próprio paciente produz efeitos incontestáveis, embora esses efeitos sejam difíceis de descrever. Basta, por exemplo, que um paciente perceba que, por diversas vezes, o fato de pintar um quadro o liberta de um estado psíquico deplorável, para que ele lance mão desse recurso cada vez que seu estado piora. O valor dessa descoberta é inestimável, pois é o primeiro passo para a independência, a passagem para o estado psicológico adulto. (JUNG, 2008, p.46, & 106)

Fica assim a justificativa e o convite para que o clínico em formação se aprofunde no estudo das técnicas expressivas e sua importância no processo analítico e seus efeitos na psique.

## **Desenvolvimento**

O processo de individuação, para Jung, é que nos guia durante nosso amadurecimento psíquico ao longo da vida. Nise indica que o homem pode tomar consciência desse desenvolvimento de si mesmo e é capaz de influenciá-lo. *“Precisamente no confronto do inconsciente pelo consciente, no conflito como na colaboração entre ambos é que os diversos componentes da personalidade amadurecem e unem-se numa síntese, na realização de um indivíduo específico e inteiro.”* (SILVEIRA, 1981b, p.87) Nesse processo, que não é linear, a *psique* gira em torno do seu centro organizador, o *self* (si mesmo). Quando ocorre um ordenamento em torno do novo centro do *self*, a personalidade se completa, tendo o *self* como centro total e o ego como centro da consciência.

Este processo de interação entre Cs e ICs pode ser propiciado por intermédio de técnicas expressivas como facilitadoras na atuação da função transcendente.

Sabemos que a Psique tem a capacidade de gerar símbolos para de certa forma administrar sua tendência à fragmentação. Enquanto a consciência tenta analisar, separar os objetos para então integrá-los racionalmente, o inconsciente trabalha em sentido contrário, unindo os opostos para sintetizá-los. Para Jung a função transcendente é a responsável por esse trabalho de manter a unidade através da síntese de opostos, expressando a capacidade do símbolo de transcender os opostos em busca do equilíbrio psíquico no sujeito.

*A função transcendente* tem sua enorme importância na obra completa [de Jung] porque nela encontramos sistematizado de forma coerente e teoricamente válida o problema da produção espontânea de símbolos a partir do inconsciente [...] É antes a capacidade da produção espontânea de um terceiro elemento a partir da tensão entre fatores opostos, de um valor consciente e outro inconsciente. [...] é a imagem simbólica que aponta para uma saída criativa a partir da tensão de opostos inerente ao conflito psicológico. (BOECHAT, 2014, p.94, grifo do autor).

A função transcendente se faz sentir, então, sempre que nossa psique busca compensar algum desequilíbrio gerado pela nossa consciência. Samuels, Shorter e Plaut (1988) citam que “*a psique luta para se manter em equilíbrio*”. Assim, a função transcendente se faz notar quando nosso inconsciente está atuando, realizando a síntese dos opostos. Isso pode ocorrer através do aparecimento de sintomas desagradáveis, através de sonhos ou através de atividades que permitam um contato mais íntimo da consciência com o inconsciente de forma a facilitar a função transcendente, como ocorre no caso das técnicas expressivas. O importante é saber que dentro da própria psique está a outra parte necessária para o restabelecimento do nosso equilíbrio.

O conteúdo do inconsciente e sua dinâmica de interação com o ego é a fonte mais importante para o trabalho no processo terapêutico. Esse conteúdo, entretanto, nem sempre está acessível ao paciente ou ao terapeuta de uma forma livre e direta, especificamente para um contato emocional. A própria aproximação entre consciente e inconsciente é terapêutica, no sentido que permite que a energia dos complexos seja absorvida pelo ego. É neste âmbito que as técnicas expressivas podem ser apresentadas como auxiliar para criar essa ponte, entre Cs e ICs. Na clínica, o importante não é fazer trabalhos focados na beleza, mas sim criar um efeito positivo sobre si. Ao se expressar, estamos exteriorizando conteúdos os mais íntimos, agora trazidos à luz da consciência com a energia psíquica a ser integrada, inerente ao símbolo e em um processo de descobertas:

O que pinta são fantasia ativas – aquilo que está mobilizando dentro de si. E o que está mobilizado é ele mesmo, mas já não mais no sentido equivocado anterior, quando considerava que o seu “eu” pessoal e o seu “self” eram uma e a mesma coisa. Agora há um sentido novo, que antes lhe era desconhecido: seu eu aparece como objeto, como objeto daquilo que está atuando dentro dele. Numa série interminável de quadros, o paciente esforça-se por representar, exaustivamente, o que sente mobilizado dentro de si, para descobrir, finalmente que é o eterno desconhecido, o eternamente outro, o fundo mais fundo da nossa alma (JUNG, 2008, p.46-47, & 106).

Através das técnicas expressivas o terapeuta tem o papel de apresentar ao seu cliente/paciente os materiais e métodos que melhor viabilizem o seu fazer criativo particular, facilitando o experimento e a expressão pessoal. Além disso, o terapeuta deve focar a técnica expressiva como produto da pessoa, trabalhando aspectos da produção como linguagem, observando com atenção todo o processo de elaboração, desde a atitude até escolhas feitas dentro do setting que contém o material de trabalho.

Como mencionado anteriormente, as técnicas expressivas trabalham com as influências dos símbolos presentes na psique do sujeito e, como uma *opus* alquímica, operam as transmutações da energia psíquica propiciando integração entre conteúdos Cs e ICs através de material simbólico expresso no processo.

Destaca-se assim a importância do símbolo para a psicologia analítica como meio de comunicação entre Cs e ICs. Quando estes símbolos aparecem nos trabalhos de técnicas expressivas são de suma importância pela possibilidade de ampliação da consciência do paciente ao lidar com eles e com toda a energia psíquica que trazem em potência do ICs. Neste sentido, devemos estar atentos, diante do trabalho produzido pelo paciente, quais seriam os símbolos em destaque. Jung então esclarece:

O que chamamos símbolo é um termo, um nome ou mesmo uma imagem que nos pode ser familiar na vida diária, embora possua conotações especiais além do seu significado evidente e convencional. Implica alguma coisa vaga, desconhecida ou oculta para nós. (...) uma palavra ou uma imagem é simbólica quando implica alguma coisa além do seu significado manifesto e imediato. Esta palavra ou esta imagem têm um aspecto “inconsciente” mais amplo, que nunca é precisamente definido ou de todo explicado. E nem podemos ter esperanças de defini-la ou explicá-la. Quando a mente explora um símbolo, é conduzida a ideias que estão fora do alcance da nossa razão. (JUNG, 2002, p.20)

Faz-se então necessário trazer à tona essa representatividade simbólica através das técnicas expressivas que por sua vez procuram trabalhar com a imaginação e o pensamento-fantasia, fornecendo assim um ambiente propício para que os símbolos do paciente aflorem em expressão trazendo informações das camadas mais profundas da psique.

Enquanto o pensamento dirigido é um fenômeno inteiramente consciente, não podemos dizer o mesmo



em relação ao pensamento fantasia. Grande parte de seus conteúdos ainda está na área consciente, mas pelo menos outro tanto já ocorre na penumbra ou totalmente no inconsciente e por isso só pode ser desvendado indiretamente. Pelo pensamento-fantasia se faz a ligação do pensamento dirigido com as “camadas” mais antigas do espírito humano, que há muito se encontram abaixo do limiar consciente. (JUNG, 1983, p.25, &39)

Cabe então trabalhar as possibilidades de modos de expressão dos símbolos. Segundo Cláudia Brasil (2013, pag. 84) a expressão criativa por meio da pintura, desenho, modelagem, tapeçaria, teatro, dança, música, expressão corporal e atividades como a escrita facilitam a comunicação com o inconsciente, tornando a relação entre a consciência e o inconsciente mais fluída.

Também para Jung, fazer com que seus pacientes acessassem esse material simbólico através das fantasias expressas artisticamente era de suma importância para o processo terapêutico.

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?  
Antes de mais nada, o que interessa é que se produza um efeito. No estágio psicológico acima descrito, o paciente permanece passivo. 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. Não se limita a falar do assunto. Também o executa. [...] Se para o paciente esse pintar realmente não tivesse sentido, o esforço exigido lhe repugnaria tanto, que dificilmente o convenceríamos a pegar no pincel uma segunda vez. Mas é porque a sua fantasia não lhe parece totalmente desprovida de sentido que, ao ativá-la, o efeito se acentua. Além disso, a execução material do quadro obriga-o a contemplar cuidadosa e constantemente todos os seus detalhes. Isso faz com que o efeito seja plenamente desenvolvido. Desse modo, introduz-se na fantasia um momento de realidade, o que lhe confere um peso maior e, conseqüentemente lhe aumenta o efeito. (JUNG, 2008, p.46, &105-106).

Mas no uso das técnicas expressivas Cláudia Brasil (2013, pag. 87) alerta sobre a necessidade, por parte do terapeuta, de conhecer as propriedades dos materiais e sua influência quando usado. É importante entender determinadas reações e interações do corpo com a imagem que surge. A autora acrescenta que todas as características dos materiais atingem diretamente quem os usa, causando determinadas emoções que serão acolhidas na relação terapêutica.

## **Minha experiência clínica com as técnicas expressivas**

O terapeuta pode ser visto como elemento facilitador na terapia com técnicas expressivas. Ele tem papéis que vão desde estimular a criatividade, apresentar técnicas e materiais para o paciente e até a participação ativa na terapia, tendo transferência com o paciente, amplificando os símbolos apresentados, permitindo sua assimilação e confrontação. Nise, em sua vasta experiência, afirma que *“repetidas observações demonstraram que dificilmente qualquer tratamento será eficaz se o doente não tiver a seu lado alguém que represente um ponto de apoio sobre o qual ele faça investimento afetivo.”* (SILVEIRA, 1981, p.68, grifo nosso)

Eu tento ser esse elemento de apoio ao meu paciente fazendo com que ele desloque o material simbólico trazido na narrativa de sonhos para expressá-los no desenho em papel. Sei que acima de estar familiarizado com uma diversidade de técnicas e conhecer a psique humana e suas formas de representação, o terapeuta deve estar disposto a embarcar junto com seu paciente na caminhada para a individuação, oferecendo um sincero acolhimento às emoções do paciente. Faço isso através da minha demonstração autêntica de apoio para que o paciente sinta-se confortável para expressar seus símbolos oníricos trazidos na sessão.

Por dividir um espaço clínico através de sublocação de sala, tenho que preservar ao máximo a limpeza do local para as consultas subsequentes de outros locatários do mesmo espaço. Sendo assim, faço uso da representação simbólica dos meus pacientes através do desenho em papel formato A3. Para isso coloco à disposição deles: lápis de cera, lápis de cor e canetas coloridas, dando ao paciente a livre escolha dentre essas matérias dispostos além de tempo hábil para a expressão criativa.

Os desenhos efetuados por meus clientes/pacientes até o momento têm demonstrado substancial valor representativo de suas psiques. Isso constatado através das supervisões semanais a que me submeto e também nas apresentações de casos clínicos junto aos colegas da formação. Como o caminhar dos estudos e amplitude da minha clínica existe a possibilidade de diversificar os tipos de materiais empregados e as técnicas expressivas aplicadas.

## **Considerações Finais**

O enfoque deste trabalho foi salientar a importância do uso de técnicas expressivas, convidando o leitor a um melhor entendimento do seu uso na clínica. Devemos levar em conta que para Jung, o processo de estudo utilizando-se de trabalhos com técnicas expressivas deve ter uma leitura que privilegie a visão simbólica e o aprimoramento da personalidade e não com foco em sua beleza, como bem cita Jung:

Ainda que ocasionalmente meus pacientes produzam **obras de grande beleza**, boas para serem expostas em mostras de “arte” moderna, eu as considero totalmente desprovidas de valor artístico, quando medidas pelos padrões da arte verdadeira. É essencial até que não tenham valor, pois, do contrário, meus pacientes poderiam considerar-se artistas, e isso seria fugir totalmente à finalidade do exercício. Não é arte, e aliás, nem deve sê-lo. É bem mais que isso; é algo bem diverso do que simplesmente arte; trata-se da eficácia da vida sobre o próprio paciente. Aquilo que do ponto de vista social não é valorizado passa a ocupar aqui o primeiro plano, isto é, o sentido da vida individual, que faz com que o paciente se esforce por traduzir o indizível em formas visíveis. Desajeitadamente. Como uma criança. (JUNG, 2008, p.45-46, &104, grifo nosso).

Importante destacar o valioso papel das técnicas expressivas em conjunto com o processo analítico dos pacientes e da existência de uma complexidade no domínio destas técnicas para só então serem aplicadas com propriedade e com propósito definido em um setting terapêutico.

Tem-se como foco de importância trazer do inconsciente imagens com conteúdos simbólicos carregados de energia psíquica. Energia essa a ser integrada à consciência no processo analítico. Hoje em dia a prática das técnicas expressivas deve ser levada a sério em seu uso e disseminação dos métodos de trabalho por sua importância para a psicologia analítica e em seu resgate de conteúdos simbólicos trazidos do inconsciente, conteúdos estes cujos elementos são importantes na trajetória clínica do paciente e em seu processo de individuação.

## Referência Bibliográfica

BOECHAT, Walter. **O Livro Vermelho de C. G. Jung**. Petrópolis, RJ: Vozes, 2014.

BRAGA, Jorge. **Operações Alquímicas**. Aulas apresentadas pelo autor no curso de pós-graduação em psicologia Junguiana no IBMR. Rio de Janeiro, Maio de 2012.



Psicologia - USU  
Saberes e questões

BRASIL, Cláudia. **Cores, Formas e Expressão: emoção de lidar e arte terapia na clínica Junguiana.** Rio de Janeiro: Wak editora, 2013.

JUNG, Carl Gustav. **Símbolos da transformação.** Petrópolis: Vozes, 1983.

\_\_\_\_\_. **O homem e seus símbolos.** Rio de Janeiro: Nova Fronteira, 2002.

\_\_\_\_\_. **A prática da psicoterapia.** Petrópolis: Vozes, 2008.

SAMUELS, Andrew. SHORTER, Bani. PLAUT, Fred. **Dicionário Crítico de Análise Junguiana.** Rio de Janeiro: Imago, 1988.

SILVEIRA, Nise. **Imagens do Inconsciente.** Rio de Janeiro: Alhambra, 1981.

\_\_\_\_\_. **Jung: Vida e obra.** Rio de Janeiro: Paz e Terra, 1981b.