

A ARTETERAPIA E A PSICOLOGIA: INTER(FACE)S E O(S) CAMPO(S) DE POSSIBILIDADES

 <https://doi.org/10.63330/aurumpub.058-011>

Shirley Bruna Paiva Ximenes

Graduada em Psicologia
Centro Universitário INTA
E-mail: shirleyximenes@gmail.com

Yasmim Marry Alves Moura

Graduada em Psicologia
Centro Universitário INTA
E-mail: psiyasmimmarry@gmail.com

Resumo

A arteterapia tem sido utilizada como uma ferramenta de apoio e promoção da saúde no campo da saúde mental. Nesse sentido, o profissional psicólogo, inserido nesse contexto, tem reconhecido a arte como um recurso possível e eficaz para o desenvolvimento de sua prática. A arte, como uma das formas primordiais de comunicação do ser humano desde os tempos da Pré-História, apresenta-se como uma maneira de expressar sentimentos, pensamentos, desejos e sonhos. Dentro desse panorama, a arteterapia surge como uma abordagem terapêutica que possibilita ao indivíduo exteriorizar tais conteúdos por meio da expressão não verbal, utilizando a linguagem artística como canal mediador. Este estudo analisa a efetividade da arteterapia no cuidado com a saúde mental e no enfrentamento do sofrimento psíquico, bem como investiga quais práticas podem ser consideradas relevantes para o campo da Psicologia. Para tanto, realizou-se uma revisão narrativa da literatura em bases de dados on-line. A partir das informações analisadas, observam-se os efeitos positivos da arteterapia na saúde mental e suas interfaces com a atuação psicológica. Além disso, discute-se a importância dessa abordagem no auxílio à autonomia, autoestima, subjetividade e na forma como o sujeito lida com seus próprios sentimentos.

Palavras-chave: Arteterapia; Psicologia; Saúde mental.

1 INTRODUÇÃO

A arteterapia tem sido usada como uma ferramenta de apoio e promoção à saúde no campo da Saúde Mental (Rufato, 2025). Neste sentido, o profissional psicólogo, imerso nesse campo, tem considerado a arte como um instrumento possível e efetivo no desenvolvimento do seu trabalho (Reis, 2014).

De acordo com a União Brasileira de Associações de Arteterapia – (UBAAT), são em média, 2000

arteterapeutas registrados. Vale ressaltar que para se tornar um arteterapeuta no Brasil, é necessário possuir formação acadêmica específica na área. Isso geralmente inclui um curso de graduação em artes, psicologia ou áreas afins, seguido de uma especialização em arteterapia (Universidade Municipal de São Caetano do Sul, 2024).

Atualmente, não há dados oficiais sobre o número de psicólogos que usam a arteterapia em sua prática no Brasil. No entanto, os achados em pesquisas recentes sobre arteterapia, o crescimento da oferta de cursos de especialização na área, eventos científicos e associações regionais indicam uma adoção dessa abordagem entre profissionais da Psicologia (UBAAT, 2024).

Em contrapartida, é percebido que algumas práticas próprias da Arteterapia que estão sendo usadas por profissionais psicólogos têm sido criticadas, confundidas com outras atividades que não são do campo arteterápico e, às vezes, usadas como técnicas ou recursos sem clareza teórica-metodológica e isso acaba fragilizando o cenário descrito (Ribeiro, 2002; Reis, 2014)¹. Essas inquietações nortearam a pergunta central deste estudo: Que práticas, a partir do uso da Arteterapia, de fato, podem ser consideradas pela psicologia e qual o seu impacto sobre a saúde mental dos sujeitos em sofrimento psíquico²?

A arte, como uma das formas primordiais de comunicação do ser humano, apresenta-se partir de uma tentativa de expressar sentimentos, pensamentos, desejos e sonhos. Nesse contexto, a Arteterapia surge como uma abordagem terapêutica que possibilita ao indivíduo exteriorizar esses conteúdos por meio da expressão não-verbal, utilizando a linguagem artística como canal. É interessante delimitarmos quais as práticas compõem o campo da Arteterapia: pintura, colagem, modelagem ou costura são recursos utilizados nesse processo, sem a exigência de habilidades técnicas ou estéticas por parte das pessoas que se expressam. O foco não está na produção artística em si, mas na possibilidade de autoconhecimento e elaboração emocional que se dá através do fazer artístico. (Reis, 2014)

A Arteterapia revela-se como um recurso significativo para proporcionar vivências criativas e transformadoras, contribuindo para a promoção da interação social, da expressão corporal, do acolhimento e da valorização da subjetividade. A análise dos distintos recursos artísticos utilizados nessa abordagem terapêutica possibilita compreender a Arteterapia e reconhecer seus principais impactos na saúde das pessoas. Por meio das diversas formas de expressão artística, torna-se viável manifestar sentimentos que, muitas vezes, não são facilmente comunicados verbalmente. Além disso, essa prática favorece o desenvolvimento da criatividade e da imaginação, ampliando a capacidade de comunicação, reduzindo o estresse e a ansiedade, e promovendo melhorias na concentração e na atenção (Rufato, 2025).

¹https://pesquisa.bvsalud.org/portal/resource/pt/lil-721477?utm_source=chatgpt.com e https://tede2.pucgoias.edu.br/handle/tede/1937?utm_source=chatgpt.com.

² Sujeito em sofrimento psíquico é um conceito usado por Paulo Amarante (2000) na sua obra "Ensaio: subjetividade, saúde mental, sociedade".

A Arteterapia propõe práticas que adquirem um papel relevante na vida dos indivíduos, atuando como estratégias de intervenção e prevenção em saúde mental. Essa abordagem tem o potencial de atenuar os impactos negativos de diversos transtornos ou enfermidades, além de oferecer suporte a qualquer pessoa que enfrenta conflitos internos, medos ou inseguranças. As intervenções arteterapêuticas possibilitam uma reconexão do sujeito consigo mesmo e com o mundo ao seu redor, estabelecendo uma ponte entre os conteúdos conscientes e inconscientes (Rufato, 2025).

Este estudo busca, através de uma revisão narrativa, analisar os limites e as possibilidades atribuídas à Arteterapia no campo da Psicologia. Neste sentido como desdobramento desse objetivo maior, também visa compreender qual o impacto da arteterapia na saúde mental dos sujeitos em sofrimento psíquico. Deste modo, será explorado como a relação/articulação da Psicologia com outros campos, no caso, Arteterapia se faz necessária diante da necessidade de práticas terapêuticas mais sensíveis, integrativas e humanizadas.

2 ARTETERAPIA: DEFINIÇÃO, HISTÓRICO, DELIMITAÇÃO DO SEU CAMPO E ARTICULAÇÃO COM A GESTALT-TERAPIA

A partir de 1920 e 1930, Freud e Jung e suas teorias foram os pilares da arteterapia, de acordo com Carvalho e Andrade (1856-1939). Eles relembram que Freud (1856-1939), após fazer a análise de algumas obras artísticas como a de Moisés de Michelangelo, percebeu que essas obras manifestaram o inconsciente do artista, assim, considerado como uma comunicação simbólica de forma catártica. A teoria Freudiana que acredita que o inconsciente consegue se manifestar pelas imagens, tais como os sonhos, compreendeu que as imagens produzidas na arte eram uma maneira privilegiada de ter conexão com o inconsciente. Porém, mesmo Freud acreditando na força da arte sob o inconsciente, ele mesmo nunca chegou a utilizar a arte como processo terapêutico (Carvalho; Andrade, 1995).

Conforme Silveira (1992), o discípulo de Freud, Jung (1875-1961), que, após romper com Freud, criou sua própria teoria, conhecida como Psicologia analítica, utilizava a linguagem artística nas psicoterapias, ao contrário de Freud, que acreditava que a arte era uma forma de sublimação das pulsões. Jung compreendia que a criatividade na arte era uma função psíquica natural e estruturante, onde a aptidão de cura se dava forma, a partir da transformação de conteúdos inconscientes em imagens simbólicas. Dessa forma, Jung estimulava seus pacientes a desenharem e pintarem de forma livre sobre seus sentimentos, sonhos e situações que os atravessam, acreditando que essas obras eram feitas como uma simbolização do inconsciente individual e coletivo. Jung entendia que desenhar livremente era uma forma facilitadora no contato verbal com o paciente, pois acreditava que o indivíduo tinha mais possibilidades de se organizar interiormente através da prática artística.

A partir dessas duas vertentes teóricas, a utilização da arte na psicoterapia foi conquistando espaço progressivamente. Margareth Naumburg (1890-1983) educadora norte-americana, foi a primeira a

sistematizar a arteterapia em 1941, após esse feito é considerada a fundadora da arteterapia (Andrade, 1995,2000). O trabalho de Margareth Naumburg é chamado de arteterapia de Orientação Dinâmica, sendo desenvolvida a partir das teorias psicanalíticas. (Naumburg, 1966).

Embora a base dessa interface da Psicologia com a Arteterapia tenha uma forte influência psicanalítica, uma abordagem da Psicologia que tem se destacado é a Gestalt-Terapia. A este respeito, Reis (2014) considera que uma das articuladoras da arteterapia gestáltica foi Janie Rhyne, que foi tecendo esse caminho ao longo de sua prática e o organizou na obra *The Gestalt Art Experience*, publicada no Brasil como *Arte e Gestalt: Padrões que Convergem* de 1973.

Nesse livro, a autora entrelaça os fios da Psicologia da Gestalt com o uso de materiais artísticos, abrindo espaço para experiências expressivas tanto em contextos clínicos quanto educativos, com indivíduos ou grupos. Na arteterapia gestáltica, criar é também se perceber, ou seja, é dar forma ao que se sente, para, então, poder enxergar a si com mais clareza e inteireza.

A Gestalt-Terapia, sendo uma terapia existencial-fenomenológica, foi fundada por Fritz Perls e Laura Perls na década de 1940. Ela está embasada no método fenomenológico de awareness, sendo o perceber, o sentir e o atuar são distintos da interpretação e da mudança nas atitudes. Explicar e interpretar concedem o lugar ao que é “diretamente percebido e sentido” (p.15) e o foco é mais nos processos do que no conteúdo. Ao invés de enfatizar o que era, o que poderia ser, o que conseguiria ou deveria ser, foca no que está sendo pensado e sentido (Yountef, 1998).

O diálogo existencial é o alicerce da metodologia da Gestalt-Terapia. Em Gestalt, existe uma evitação para “falar de” em substituição ao “falar com”. Essa postura diz de uma passagem da ordem intelectual para um contato relacional, ordem emocional (Serge e Ginger, 1995).

Em suma, ainda conforme consideram os autores supracitados, a GT é fenomenológica, pois é mais significativo descrever do que explicar. O essencial é vindouro da “vivência imediata”, de como está sendo sentida, percebida e isso produz um sentido para cada um. “A GT considera o organismo como totalidade imbricada no campo (Alvim, 2014, p.18)” e a “relação” é um dos conceitos cernes dessa abordagem.

O termo Gestalt tem origem alemã e não possui uma tradução precisa para o português. Palavras como forma, figura, padrão, estrutura ou configuração podem se aproximar do seu significado, mas nenhuma corresponde com exatidão. Por isso, opta-se por manter o uso da palavra original, aplicando-a em diversos contextos (Rhyne, 2000).

Segundo Jane Rhyne(2000), a articulação entre os conceitos da Psicologia da Gestalt e o uso de materiais artísticos pode ser aplicada tanto em contextos psicoterapêuticos quanto educacionais, visando o trabalho com indivíduos ou grupos. Como a Psicologia da Gestalt tem origem em uma teoria da percepção, esse conceito torna-se central na arteterapia gestáltica, na qual a experiência artística tem como propósito ampliar a autopercepção do sujeito.

Rhyne (2000) também destaca que a experiência gestáltica de arte é um processo profundo de autoconhecimento. Envolve o eu interior, com toda sua complexidade emocional e psicológica, criando arte (desenhos, pinturas, formas visuais, etc.). Durante esse processo, a pessoa se envolve ativamente com o que está produzindo, como se cada forma criada fosse um fenômeno único, cheio de significado.

Segundo Rhyne (2000), ao observar o que está sendo criado, a pessoa não apenas reconhece quem ela é naquele momento, mas também enxerga possibilidades de mudança, ou seja, começa a perceber outras formas de ser, caminhos que podem ajudá-la a se tornar quem ela deseja ser. Como afirma Rhyne (2001) a vivência artística, ao ampliar a percepção do sujeito sobre si mesmo, facilita a integração de aspectos emocionais, cognitivos e sensoriais, promovendo o crescimento pessoal e a autoconsciência.

2.1 RECURSOS APLICADOS NA ARTETERAPIA

A arteterapia faz uso de diferentes formas de expressão artística que podem contribuir para a identificação de emoções e sentimentos, favorecer a interação social, estimular a criatividade e promover o autoconhecimento (Rufato, 2025). A seguir, serão apresentados alguns desses meios e os potenciais benefícios que oferecem.

2.1.1 O desenho

Segundo Valladares (2008), o desenho é uma prática por meio da qual o indivíduo externaliza conteúdos inconscientes, revelando, na imagem produzida, seus sentimentos, anseios e percepções. Dessa forma, atribui significados pessoais a objetos, pessoas e à realidade, interpretando o mundo ao seu redor e aprofundando a compreensão de si mesmo.

O desenho está entre as formas de expressão artística mais utilizadas na Arteterapia, especialmente no trabalho com crianças, devido à facilidade com que elas se relacionam com essa atividade e aos resultados positivos obtidos na análise dos conteúdos inconscientes presentes nas produções gráficas (Rufato, 2025).

2.1.2 A pintura

A pintura é uma das técnicas empregadas na Arteterapia com a finalidade de facilitar a expressão emocional. De acordo com Valladares (2008), essa prática estimula a exteriorização dos conteúdos internos da psique, contribuindo para o equilíbrio emocional dos indivíduos.

Pessoas mais reservadas, com dificuldades de comunicação com familiares, amigos ou profissionais da saúde, ao iniciarem atividades terapêuticas com pintura de forma livre e sem pressões, conseguem demonstrar sentimentos e emoções, liberando também sua criatividade. Para Valladares (2008), essa abordagem favorece o desenvolvimento da consciência, a reorganização da personalidade e auxilia na

superação de medos, bloqueios e inseguranças.

2.1.3 Dramatização e contação de história

A dramatização é uma técnica utilizada na Arteterapia que possibilita ao indivíduo explorar diferentes papéis, assumindo identidades variadas e experimentando novas formas de ser e agir. Conforme aponta Valladares (2008), essa prática se assemelha a um faz-de-conta, no qual a pessoa pode se expressar em diversas situações imaginadas, o que favorece a compreensão dos comportamentos sociais e estimula a reflexão sobre as próprias atitudes e condutas.

A Arteterapia recorre com frequência às brincadeiras de faz-de-conta e às dramatizações no trabalho com crianças, pois essas atividades possibilitam entender como elas percebem os diferentes papéis sociais. Além disso, essas práticas estimulam a imaginação infantil, já que a criança pode assumir qualquer personagem e agir de acordo com ele, o que contribui para a compreensão do papel representado (Rufato, 2025).

A contação de histórias é uma técnica frequentemente utilizada na Arteterapia tanto com crianças quanto com adultos. Essa prática promove momentos de relaxamento e leveza, conduzindo os participantes a um universo imaginário onde podem se identificar com personagens e explorar cenários desconhecidos, mesclando realidade e simbolismo. Segundo Valladares (2008), ouvir e narrar histórias desempenha um papel fundamental no desenvolvimento humano, uma vez que elas refletem muitos dos nossos desejos, conflitos e inquietações.

2.1.4 Construção com sucata

A atividade de construção com sucata envolve diversas ações, como cortar, montar, organizar, estruturar, pintar e colar. De acordo com Valladares (2008), esse tipo de criação estimula habilidades como a percepção espacial, a capacidade de discriminação, a interação e a organização. Ao transformar materiais recicláveis em brinquedos, esculturas ou objetos diversos, o indivíduo passa por um processo criativo que exige planejamento e separação de elementos. Esse caminho simbólico contribui para que a pessoa lide com aspectos da própria vida, uma vez que, ao reutilizar materiais, trabalha também com o que Valladares (2008) chama de 'lixo interno', promovendo uma transformação pessoal e ressignificando experiências consideradas negativas.

2.1.5 Outros recursos e possibilidades

Vale ressaltar que existem outros recursos usados na Arteterapia, como é descrito pelo Ministério da Saúde (2022), além da pintura, colagem, modelagem, temos a poesia, a dança, a fotografia, a tecelagem, a expressão corporal, o teatro, os sons, a música e a criação de personagens. Complementa ainda que o

importante é usar a arte como um meio de comunicação entre o profissional e o paciente, seja na abordagem individual ou em grupo.

Como bem pondera Reis (2014) o fazer do psicólogo assim como a arteterapia, precisa estar contextualizado com a realidade dos sujeitos, ter flexibilidade aos propósitos de cada demanda e pode ser ancorada em distintas vertentes teóricas. Cabe ao profissional, com sensibilidade e escuta, construir o caminho com os recursos e técnicas pautados no sujeito e nos coletivos que o atravessam.

2.2 ARTETERAPIA E PSICOTERAPIA: COMPREENDENDO OS LIMITES E AS POSSIBILIDADES

Nesta parte do escrito, é necessário fazer uma breve explanação sobre esses campos: Psicologia e Arteterapia, pois é percebido que existe uma certa dificuldade, às vezes, até mesmo por parte dos profissionais, em delimitar os campos e compreender que existem diferenças, que a interface é uma construção, mas que exige conhecimento, estudo, apropriação, ética, cuidado e cautela.

Como alerta Kotaka (2016), há uma tendência a considerar que qualquer utilização de materiais expressivos configura uma prática arteterapêutica. Neste sentido, nem tudo que é feito por um psicólogo usando recursos da Arteterapia é Arteterapia, e nem tudo que é Arteterapia vai ser psicoterapêutico. Uma linha tênue, que abre um espaço de possibilidades, mas que também impõe limites e até tensionamentos teóricos. No entanto, a autora destaca que a Arteterapia é um campo com pressupostos próprios, e que não deve ser confundida com intervenções psicológicas que utilizam a arte apenas como recurso auxiliar, o que exige formação e delimitação ética e técnica por parte dos profissionais envolvidos.

De acordo com Ribeiro (2017)³, a psicoterapia é um processo de tratamento construído na relação cliente-psicoterapeuta, embora seja realizada com modos, técnicas ou ideologias diferentes, busca ofertar apoio, ajuda e reeducação, através da presença, cuidado, inclusão, encontro genuíno entre as partes. Por outro lado, a arteterapia é um campo, no qual o profissional faz o uso de meios artísticos com uma finalidade terapêutica (Carvalho, 1995).

A Associação Brasileira de Arteterapia define que arteterapia é uma forma de comunicação através da arte, isso sendo cliente-profissional. A associação determina que arteterapia desfruta da expressão artística como artefato para promover a qualidade de vida, seja ela em diversas modalidades, podendo ser apresentada na arte plástica, sonora, corporal, dramática, música, modelagem, pintura, desenho e dança.

Ao compreender as distinções entre a Psicologia e a Arteterapia, torna-se possível perceber também os pontos de encontro entre essas áreas, especialmente quando se pensa na arte como caminho para a expressividade e ressignificação de questões emocionais dos sujeitos em sofrimento psíquico. A partir

³ Esse autor Jorge Ponciano (2017) parte de uma definição da psicoterapia embasado nas teorias humanistas, especificamente a linha da Gestalt-terapia. Assim os conceitos relacionados à psicoterapia ou visão de homem nesse escrito partem desse lugar teórico-epistemológico-metodológico e existencial.

disso, autores como Kopytko (2007) e Rhyne (2000) destacam que a Arteterapia, embora possua identidade e fundamentos próprios, dialoga com diferentes abordagens psicológicas ao utilizar a linguagem simbólica da arte como instrumento de expressão emocional.

A Psicologia, por sua vez, ao incorporar recursos artísticos em determinadas abordagens, amplia suas possibilidades de intervenção clínica e humanização do cuidado. Dentre essas abordagens psicológicas, destaca-se a Gestalt-terapia, cuja ênfase na percepção, no aqui-agora e na integração entre sentir, pensar e agir encontra afinidade com os princípios da Arteterapia.

2.3 IMPACTOS DA ARTETERAPIA NA SAÚDE MENTAL

A arteterapia é uma técnica que pode ser utilizada em todas as idades, nessa técnica ela utiliza métodos que ajudam na prevenção de sintomas psíquicos e na reabilitação das pessoas de forma física e mental, mas se faz mais presente na área da saúde mental, é uma técnica utilizada em várias instituições (Jansen; *et al.*2021).

A partir disso um estudo foi feito em um hospital psiquiátrico, os pacientes que tinham entre 20 a 45 anos, possuíam transtorno bipolar, transtorno obsessivo compulsivo, depressão, esquizofrenia e ansiedade, a arteterapia teve duração de uma hora e meia e por meio de desenhos e colagens os pacientes teriam de mostrar algo ou alguém que os fazem feliz. Nessa experiência diversos pacientes verbalizaram que se sentiram felizes no decorrer da atividade, tornando possível observar a identificação de expressões, atitudes e falas, isso sendo de forma mais compreensível além de melhorar a socialização do indivíduo onde ele está incluído (Jansen *et al.*, 2021).

Essa vivência evidenciou que a participação do paciente em práticas artísticas tem o potencial de favorecer sua integração no serviço de saúde ao qual pertence. Dessa forma, entendemos a arteterapia como um recurso terapêutico eficiente tanto para a melhoria da saúde do indivíduo com transtorno mental, quanto para a promoção de seu bem-estar. Além disso, representa uma estratégia preventiva de cuidado, pois está associada à redução na incidência de agravamentos (Jansen *et al.*, 2021).

Nesse contexto, a inserção da arteterapia no cuidado de pacientes hospitalizados mostra-se extremamente importante, uma vez que essa prática possibilita o desenvolvimento da personalidade, a exploração interior da própria consciência e a amenização de possíveis conflitos entre o mundo interno e o ambiente externo de cada indivíduo (Jansen *et al.*, 2021).

3 METODOLOGIA

O presente estudo se configura numa pesquisa de abordagem qualitativa guiada pelo delineamento da revisão narrativa de literatura. Segundo Rother (2007) os artigos de revisão, assim como outras modalidades de produções científicas, representam um tipo de pesquisa baseada na análise de materiais

bibliográficos ou fontes eletrônicas. Seu principal objetivo é reunir e discutir os achados de diferentes autores, oferecendo embasamento teórico para um determinado tema.

Rother (2007) enfatiza que as revisões narrativas, em particular, são publicações mais amplas e descritivas, indicadas para apresentar e debater o progresso ou o panorama atual ("estado da arte") de um tema específico, sob uma perspectiva teórica ou contextual. Diferente de revisões sistemáticas, esse tipo de artigo não detalha as fontes consultadas, os métodos de busca utilizados nem os critérios aplicados na seleção e avaliação dos materiais. Em essência, consiste em uma análise crítica e interpretativa da literatura existente, reunida a partir de livros, periódicos impressos ou digitais, com base na experiência e interpretação do autor.

Esse formato de artigo tem grande importância no contexto da educação continuada, pois permite ao leitor atualizar-se rapidamente sobre determinado assunto. No entanto, por não seguir um protocolo metodológico rigoroso, não possibilita a replicação dos dados nem fornece respostas quantitativas. Assim, trata-se de uma abordagem qualitativa e interpretativa, que compõe a categoria das revisões narrativas.

Para Rother (2007) a estrutura de um artigo de revisão narrativa geralmente é composta por: introdução, desenvolvimento organizado em seções e subtópicos conforme a linha de raciocínio do autor, considerações ou comentários finais, e referências bibliográficas.

4 DISCUSSÕES E RESULTADOS

Para a realização desta revisão narrativa, foram utilizados artigos selecionados a partir da base de dados Scientific Eletronic Library Online (SCIELO) e Biblioteca Virtual de Saúde (BVS).

Tanto na base de dados BVS como Scielo foram utilizados os seguintes descritores: Arteterapia e Psicologia. Para a seleção dos artigos científicos, foram estabelecidos os seguintes critérios: a. artigos que tinham como tema principal a arteterapia; b. artigos que abordavam o tema da arteterapia e a expressão artística no contexto de saúde mental; c. artigos publicados no período de 2020 a 2025 em idioma português. Dessa forma foram encontrados na BVS n= 04 e no Scielo n= 03.

Tabela 1: Artigos publicados que possuem a Arteterapia como tema principal.

Título	Autor	Data de publicação	Conteúdo
A ARTETERAPIA E SUAS CONTRIBUIÇÕES PARA A QUALIDADE DE VIDA DAS PESSOAS.	Glaucia Rufato	2025	Este trabalho investiga os recursos, benefícios e fundamentos históricos da arteterapia, refletindo sobre como as expressões artísticas contribuem para a saúde mental.
Introdução da arte na psicoterapia: Enfoque clínico e hospitalar	Erika Antunes Vasconcellos; Joel Sales Gligio	2007	Este artigo discute o uso da expressão artística na terapia, com foco na Arteterapia aplicada a pacientes oncológicos. A partir de uma revisão bibliográfica, aborda aspectos teóricos da arte como expressão subjetiva, a visão junguiana sobre a linguagem imagética e o uso da Arteterapia em contextos hospitalares. Destaca-se a necessidade de maior fundamentação teórica e adaptação à realidade brasileira.
Arteterapia: a Arte como Instrumento no Trabalho do Psicólogo	Alice Casanova dos Reis	2014	Este artigo reflete sobre a Arteterapia como ferramenta na Psicologia, explorando seu

			surgimento, desenvolvimento no Brasil e fundamentos nas abordagens psicanalítica, junguiana e gestáltica. Destaca a arte como meio de expressão criativa e transformação pessoal, reforçando seu valor ético na atuação do psicólogo.
ELABORAÇÕES DO TRAUMÁTICO ATRAVÉS DA ARTE: REFÚGIO, CULTURA E MEMÓRIA	Lucas de Oliveira Alves; Lucienne Martins Borges; Ana Lúcia Mandelli de Marsillac.	2022	O artigo discute os traumas do refúgio e o potencial da arte, especialmente por meio da arteterapia, na elaboração psíquica dessas vivências. Com base na psicanálise e em teorias sociais críticas, destaca-se como a criação artística favorece a inclusão cultural, a reconstrução de memórias e o fortalecimento dos laços sociais.
Arteterapia e educação entre pares conectando o grupo: relato de experiência	Mariana da Rocha Marins; Donizete Vago Daher; Andressa Ambrosino Pinto; Rachel da Silva	2019	O artigo relata a experiência da 'Oficina de Talentos', realizada em uma clínica do Rio de Janeiro com 28

	Serejo Cardoso; Selma Petra Chaves Sá.		participantes, entre diabéticos e profissionais de saúde. Em três encontros, promoveu integração, troca de saberes e exposição de talentos. A atividade favoreceu a promoção da saúde e reforçou a autonomia no autocuidado.
Marcas na/dapele “Entre Mulheres”: a experiênciade um processo arteterapêutico no diálogo com feminismos e Psicologias	Karla Galvão Adrião	2021	O trabalho discute a intersecção entre Psicologia, Arteterapia e Feminismos pós-estruturais e decoloniais, a partir da experiência do grupo 'Entre Mulheres', com 14 participantes diversas. Reflete sobre desigualdades e diferenças expressas nas vivências e produções artísticas, questionando saberes tradicionais da Psicologia e propondo a Arteterapia como método e epistemologia.

Grupo com crianças e o uso de recursos artístico-expressivos: Um estudo qualitativo	Gabriela Scolari Pelisson; Máira Bonafê Sei.	2023	O estudo investigou o uso de recursos artístico-expressivos em grupo terapêutico com crianças em um serviço-escola de Psicologia. Através de atividades mediadas por histórias e expressões artísticas, observou-se melhora na expressão emocional, comunicação e relações familiares, destacando seu potencial na promoção da saúde mental infantil.
---	--	------	---

Fonte: Elaborada pelas autoras (2026).

Os procedimentos foram organizados da seguinte forma: na forma da etapa da investigação realizamos um levantamento de artigos encontrados com os descritores propostos nas bases de dados anteriormente mencionados; em uma segunda etapa, ocorreu uma leitura e seleção criteriosa dos artigos; e a terceira etapa foi composta por sistematização e análise dos artigos dos bancos de dados formados.

As informações aplicadas na pesquisa foram alcançadas a partir de referências acessíveis e públicas, garantindo que as informações usadas obedeçam aos princípios éticos de pesquisa, compreendendo as confidencialidades das informações obtidas.

A análise dos artigos selecionados — Vasconcellos e Gliglio (2007), Casanova dos Reis (2014) e Rufato (2025) — permitiu identificar convergências significativas quanto à concepção e aos benefícios da arteterapia como prática voltada à saúde mental. Os dados extraídos apontam, de maneira recorrente, para o entendimento da arte como um canal legítimo de expressão emocional e um instrumento potente no processo terapêutico.

Um dos pontos centrais observados nos três textos é a valorização da arte como meio de acesso à

subjetividade dos sujeitos. A expressão artística é descrita como um canal simbólico que permite a exteriorização da subjetividade, especialmente de conteúdos inconscientes ou difíceis de serem verbalizados. Segundo os autores, a arte favorece a expressão direta do universo emocional, o que amplia a possibilidade de contato com emoções profundas e de ressignificação de experiências.

Outro aspecto recorrente é a concepção da arteterapia como um processo que estimula o autoconhecimento e a transformação psíquica. Por meio das criações artísticas, os indivíduos têm a oportunidade de se reconhecer, reelaborar suas vivências e desenvolver novos sentidos para seus sentimentos, pensamentos e comportamentos. A prática é vista como promotora de autoestima, reorganização subjetiva e resgate de aspectos saudáveis da personalidade. Nesse sentido, a arteterapia não se restringe a uma atuação corretiva diante de patologias, mas também se apresenta como estratégia de prevenção e promoção de saúde mental.

Destaca-se, ainda, o fortalecimento de potencialidades criativas como parte do processo terapêutico. A criatividade, nos três artigos, é abordada como uma capacidade intrínseca ao ser humano que, ao ser estimulada, contribui significativamente para o desenvolvimento pessoal, a resolução de conflitos e a melhoria da qualidade de vida. Os recursos artísticos ampliam as formas de expressão e permitem diferentes formas de elaboração emocional, atuando como facilitadores no processo de mudança subjetiva.

A diversidade de recursos utilizados na arteterapia também é amplamente discutida. Pintura, desenho, colagem, escultura, dança, teatro, música, poesia, escrita criativa e outras formas de linguagem artística são mencionadas como ferramentas adaptáveis às necessidades dos indivíduos e dos contextos em que a prática ocorre. Essa variedade contribui para a acessibilidade da intervenção, permitindo que diferentes públicos se beneficiem da prática de acordo com suas preferências, capacidades e objetivos terapêuticos.

Outro ponto comum entre os autores é a defesa da aplicação da arteterapia em múltiplos contextos. Os artigos ressaltam que, embora sua origem esteja fortemente vinculada ao campo clínico da psicologia e da saúde mental, a arteterapia hoje se estende a áreas como educação, saúde hospitalar, contexto comunitário, instituições organizacionais e espaços socioassistenciais. Essa expansão revela o potencial da arte como um instrumento de cuidado e desenvolvimento humano em diferentes dimensões da vida social.

Em termos teóricos, os textos analisados reconhecem as principais abordagens da psicologia como base para a arteterapia, com destaque para a psicanálise, a psicologia analítica junguiana, a gestalt-terapia e a abordagem humanista-centrada na pessoa. Cada uma dessas correntes oferece fundamentos específicos para compreender o fazer artístico e seu impacto no sujeito, mas todas compartilham a crença na arte como ferramenta promotora de autoconhecimento e cura emocional.

A partir dos artigos analisados, verifica-se que a arteterapia é um campo consolidado que promove saúde mental por meio do fazer artístico. Sua eficácia está relacionada à capacidade de estimular a

criatividade, a expressão simbólica, o autoconhecimento e a reorganização subjetiva, com ampla aplicabilidade em diversos contextos sociais. Como resultado, ela se configura como uma prática eficaz, sensível e integrativa na promoção do bem-estar emocional e que pode sim ser usada pelo psicólogo, desde que ele também se aproprie e reconheça os pontos de encontro e limites fundamentados na sua prática psicológica.

5 CONSIDERAÇÕES FINAIS

As análises realizadas ao longo deste trabalho reforçam a relevância dos impactos da arteterapia na saúde mental dos indivíduos, evidenciando a importância da subjetividade e os benefícios dessa abordagem para a expressão emocional. Verificou-se que, por meio das produções artísticas, a pessoa encontra a oportunidade de ressignificar muitas questões emocionais.

De fato, a partir dos estudos analisados é percebido a arteterapia como uma prática efetiva na expressividade dos sujeitos e o seu alcance psicoterapêutico quando usado como recurso por psicólogos, porém destacando a apropriação das técnicas e estando em consonância aos preceitos éticos do campo psicológico.

A diversidade de recursos utilizados nesse campo é extensa: pintura, desenho, colagem, escultura, dança, teatro, música, poesia, escrita criativa, entre outras formas de linguagem artística, mas precisam estar bem amparadas teoricamente e os profissionais capacitados para tal, pois se forem usadas desconectadas da teoria, serão apenas técnicas sem consistência. Bem como se faz necessário que essas ferramentas sejam adaptáveis às necessidades dos sujeitos e aos contextos nos quais a prática é inserida. Essa variedade amplia a acessibilidade da intervenção, possibilitando que diferentes públicos se beneficiem de acordo com suas preferências, limitações e objetivos terapêuticos.

Portanto, essa aproximação da Psicologia com o campo da Arteterapia contribui para a ampliação das estratégias de cuidado em saúde mental, fortalecendo as possibilidades de atuação do psicólogo por meio de recursos expressivos e criativos. No âmbito acadêmico, oferece contribuição para o aprofundamento do conhecimento sobre práticas integrativas, além de fomentar reflexões pertinentes sobre formas mais sensíveis e inovadoras de promoção da saúde.

Por fim, esse estudo abre um cenário da necessidade de mais estudos e aprofundamento sobre os efeitos da arteterapia na saúde mental e escancara a carência dos currículos acadêmicos para inserção desses conteúdos.

REFERÊNCIAS

ANDRADE, Liomar. **Terapias Expressivas**. [S. l.]: Vetor, 2000. 180 p. ISBN 8587516140.

ASSOCIAÇÃO BRASIL CENTRAL DE ARTETERAPIA (ABCA). **Um pouco mais sobre arteterapia**. Disponível em: <https://www.abcaarteterapia.com/arteterapia>. Acesso em: 21 nov. 2024.

BRASIL. **Ministério da Saúde**. Arteterapia. 2022. Disponível em: https://www.gov.br/saude/pt-br/composicao/saps/pics/recursos-terapeuticos/arteterapia?utm_source=chatgpt.com. Acesso em: Jun.2025.

BRASIL. **Ministério da Saúde**. Recursos terapêuticos. Brasília: 2022. Disponível em: <https://www.gov.br/saude/pt-br/composicao/saps/pics/recursos-terapeuticos>. Acesso em: Maio.2025.

CARVALHO, Maria Margarida; ANDRADE, Liomar. **A Arte Cura? Recursos Artísticos em Psicoterapia**. [S. l.]: Editorial Psy II, 1995. 180 p. ISBN 8585480734.

JANSEN, Raphaella et al. Arteterapia na Promoção da Saúde Mental: Relato de Experiência. **Revista de Enfermagem da UFPI**, v. 10, 9 abr. 2021. Disponível em: <https://periodicos.ufpi.br/index.php/reufpi/article/view/805/722>. Acesso em: 21 nov. 2024.

KOPYTKO, T. G. **A arte como caminho para o self: fundamentos gestálticos da arteterapia**. São Paulo: Vetor, 2007.

KOTAKA, Luciana. **Arteterapia e Psicologia: possibilidades e limites**. Curitiba: Appris, 2016.

NAUMBURG, Margareth. **Dynamically Oriented Art Therapy: Its Principles And Practice**. Nova Iorque: Magnolia Street Pub, 1987. 168 p. ISBN 0961330910.

REIS, Alice. Arteterapia: A Arte Como Instrumento No Trabalho Do Psicólogo. **PSICOLOGIA: CIÊNCIA E PROFISSÃO**, p. 142-157, 2014. Disponível em: <https://doi.org/10.1590/S1414-98932014000100011>. Acesso em: 1 jun. 2025.

RHYNE, J. **A experiência artística na Gestalt-terapia: padrões que convergem**. Tradução de Maria de Bethânia. São Paulo: Summus, 2000.

RIBEIRO, Maria Aparecida Guimarães. **Concepções e Funções da Arte na Arteterapia**. 2002. Mestrado — Pontifícia Universidade Católica de Goiás, [s. l.], 2002. Disponível em: https://tede2.pucgoias.edu.br/handle/tede/1937?utm_source=chatgpt.com. Acesso em: 1 jun. 2025.

ROTHER, Edna Terezinha. Revisão Sistemática x Revisão Narrativa. **Acta Paulista de Enfermagem**, 17 jul. 2007. Disponível em: <https://doi.org/10.1590/S0103-21002007000200001>. Acesso em: 21 nov. 2024.

RUFATO, Glaucia. A arteterapia e suas contribuições para a qualidade de vida das pessoas. **Tempus - Actas de Saúde Coletiva**, v. 15, n. 4, p. 9-28, 2021. Disponível em: <https://doi.org/10.18569/tempus.v15i4.2903>. Acesso em: 1 jun. 2025.

SILVEIRA, Nise Da. **O mundo das imagens**. São Paulo: Ática, 1992. 166 p. ISBN 8508041330.

UBAAT - **União Brasileira de Arteterapia**. Disponível em: <https://www.ubaat.com.br/>. Acesso em: 1 jun. 2025.

VALLADARES, Ana Claudia. **A Arteterapia Humanizando os Espaços de Saúde**. [S. l.]: Casa do Psicólogo, 2008. 254 p.