

**UNIVERSIDADE PAULISTA**

**IGOR ORTEGA RODRIGUES**

**OFICINA DE CRIATIVIDADE DE CORES E SONS:  
PRÁTICA ARTETERAPÊUTICA MULTISENSORIAL**

**SÃO PAULO  
2013**

**IGOR ORTEGA RODRIGUES**

**OFICINA DE CRIATIVIDADE DE CORES E SONS:  
PRÁTICA ARTETERAPÊUTICA MULTISENSORIAL**

Trabalho de conclusão de curso  
para obtenção do título de  
pós-graduação em Arteterapia  
apresentado à Universidade  
Paulista – UNIP.

Orientador: Prof. Dr. Patrícia Pinna Bernardo  
Co-orientador: Guilherme Peniche

SÃO PAULO  
2013

## **APRESENTAÇÃO**

Este processo teve início muito antes daqui... em um reino distante da Música e da Musicoterapia e em outro reino – que também parecia ser muito distante deste um, o reino da Pintura e da História da Arte. Nesses dois reinos descobriu-se um atalho: unindo pintura e música, cores e sons; criação estética, educação e terapia multissensoriais...

Foi ao unir esforços que nasceu esta pesquisa e a oficina analisada – realizada entre outubro e novembro de 2012, em seis oficinas, com facilitação de Igor Ortega Rodrigues (músico) e Vanessa Rigo (artista plástica). Parceria esta também presente na elaboração desta monografia.

## RESUMO

Tendo em vista a necessidade reintegrar no homem de nossa sociedade suas emoções e sensações, para que ele possa lidar de forma criativa e saudável com a multiplicidade de estímulos do cotidiano, sem perder de vista o que estes podem trazer para o autodesenvolvimento e autoconhecimento, propusemos um projeto de intervenção, como aplicação prática supervisionada na Pós-graduação em Arteterapia da UNIP: “Oficina Multissensorial”, que desde a sensibilização integra visão e audição, ocorrida em seis encontros durante os meses de outubro e novembro de 2012 no Ateliê Rigo, com caráter preventivo, para um grupo variável (2-8 participantes) de adultos (20-64 anos). A análise desta proposta pouco usual coincide com os resultados positivos que vem sendo indicados pelos estudos das Neurociências sobre os benefícios das terapias que integram os estímulos audiovisuais. Disponibilizamos aqui nosso relato para que possa servir de inspiração para outros profissionais que também se interessem por estas abordagens.

**Palavras-chave:** Arteterapia, Cor, Som, Notas Musicais, Multissensorialidade

## ABSTRACT

Given the need to reinstate the man of our society and their emotions and feelings, so that he can deal creatively and healthily with the multitude of stimuli of everyday life, without losing sight of what they can bring to the self-development and self-knowledge, we proposed an intervention project, as a supervised practical application in postgraduate degree in Art Therapy from UNIP: "Multisensory Workshop", which integrates vision and hearing since warm-up activities, held six meetings during the months of October and November 2012 at the Rigo's Studio, with preventive character, for a variable group (2-8 participants) of adults (20-64 years). The analysis of this unusual proposal coincides with the positive results that have been indicated through studies in the Neuroscience about the benefits of the therapies that integrate audiovisual stimuli. We offer here our story so that it can serve as an inspiration to others who also are interested in these approaches.

**Keywords:** Art Therapy, Color, Sound, Musical Notes, Multisensority

## ÍNDICE DE FIGURAS E TABELAS

Figura 1 - Esquema de integração entre cor e emoção .....	12
Figura 2 - Imagens das relações desenvolvidas .....	22
Figura 3 - Tabela de sensações do primeiro encontro .....	23
Figura 4 - <i>Setting</i> .....	24
Figura 5 - Imagens utilizadas no segundo encontro .....	26
Figura 6 - Tabela com os sentidos atribuídos às 12 cores-sonoras.....	27
Figura 7 - Tabela de sensações do segundo encontro .....	28
Figura 8 - Tabela dos Elementos associados às músicas e aos resultados plásticos deste encontro .....	30
Figura 9 - Imagens de trabalhos do terceiro encontro (ambos os participantes).....	31
Figura 10 - Tabela de sensações do terceiro encontro .....	31
Figura 11 - Resultados Participantes 1, 2, 4, 5, 6 e os dois lados do resultado do Participante 7. (apenas Participante 1 não pintou a "base") .....	34
Figura 12 - Tabela de sensações do quarto encontro .....	34
Figura 13 - Imagens das partituras desenvolvidas .....	37
Figura 14 - Tabela de sensações do quinto encontro .....	37
Figura 15 - Tabela de sensações do sexto encontro.....	39
Figura 16 - Detalhes do chão durante a execução da atividade.....	40
Figura 17 - Detalhes da parede ao final da atividade .....	41

## SUMÁRIO

<b>1. INTRODUÇÃO .....</b>	<b>8</b>
1.1 HIPÓTESES .....	8
1.2 OBJETIVOS .....	8
1.3 JUSTIFICATIVA .....	9
1.4 PROCEDIMENTOS METODOLÓGICOS.....	9
<b>2. INTRODUÇÃO TEÓRICA.....</b>	<b>11</b>
2.1 A COR .....	11
2.2 O SOM.....	12
2.3 COR, SOM E MULTISENSORIALIDADE .....	14
2.4 UM OLHAR DA NEUROCIÊNCIA.....	15
2.5 A PRÁTICA ARTETERAPÊUTICA.....	15
2.6 CRIATIVIDADE E OFICINAS DE CRIATIVIDADE .....	17
2.7 NOSSA PRÁTICA ARTETERAPÊUTICA.....	17
<b>3. A OFICINA .....</b>	<b>19</b>
3.1 PRIMEIRO ENCONTRO: “Ouvindo sua Cor Interior”.....	19
3.2 SEGUNDO ENCONTRO: “Para que imagens? Desenvolvendo o olhar e a imaginação através da criação sonora”.....	24
3.3 TERCEIRO ENCONTRO: “Paisagens (e outras imagens) Sonoras”.....	28
3.4 QUARTO ENCONTRO: “Relacionando-se com o diferente”.....	32
3.5 QUINTO ENCONTRO: “Partituras Pessoais”.....	35
3.6 SEXTO ENCONTRO: “O coletivo completa”.....	38
<b>CONSIDERAÇÕES FINAIS .....</b>	<b>42</b>
<b>REFERÊNCIAS BIBLIOGRÁFICAS .....</b>	<b>44</b>

## 1. INTRODUÇÃO

O tema da integração audiovisual está presente em diversas situações do cotidiano (KOELEWIJN, et al., 2010) e, dentro das neurociências, tem sido bastante abordado. Os estudos neurológicos demonstram a eficácia desta integração para diferentes patologias e contextos.

Como critério para o recorte de atividades, focamos *notas/intervalos musicais* e cores, sabendo, contudo, que tanto a música, assim como as artes plásticas, fazem parte de um organismo, e que não se pode dissociar completamente estes de outros aspectos como ritmo, timbre, forma, textura, intensidade e proporção.

As atividades descritas aqui foram realizadas em uma série de encontros, visando propiciar aos participantes uma nova possibilidade de interação com a sociedade e consigo mesmos.

### 1.1 HIPÓTESES

Busca-se verificar se, criando um dialogo estreito entre a visão e a audição, podemos fazer com que as pessoas possam ver, ouvir, pensar, enfim, perceber a música e as cores de uma maneira mais específica que as ajudem a criar e a melhorar suas impressões sobre sua própria maneira de sentir e interagir com o mundo.

### 1.2 OBJETIVOS

Analisaremos as oficinas concebidas e realizadas em 2012 por Igor Ortega Rodrigues e Vanessa Rigo como aplicação prática supervisionada na Pós-graduação em Arteterapia da UNIP: “Oficina Multissensorial”, com o objetivo de propiciar um espaço e um instrumento para o autoconhecimento, a liberdade criativa, a atuação em grupo e o (re) conhecimento de emoções e sensações através do trabalho com propostas que integram o sentido da audição e da visão,

especialmente notas/intervalos musicais e cores, para que os participantes possam ter mais acessibilidade a questões interiores, de maneira individual e coletiva.

### **1.3 JUSTIFICATIVA**

Vivemos atualmente em uma sociedade em que as pessoas, cada vez mais, parecem estar perdendo sua essência como “ser humano”. A expansão tecnológica, apesar de seus pontos positivos, pode ter sido um fator que contribuiu para que as pessoas perdessem um pouco a capacidade de interagir com suas próprias sensações e sentidos, ajudando a produzir uma sociedade que valoriza mais o ambiente virtual, em detrimento do real e o emocional. Nessa mesma sociedade, que é cada vez mais especializada, corpo, mente, sentidos e sensações tendem também a forçosamente se separarem, como já alertaram Moholy-Nagy (2005) e Gonçalves (1994). Em sentido contrário, a aplicação da proposta “Oficina Multissensorial” propõe descobrir ou redescobrir relações entre música e visualidade, estimulando o poder criativo, o (re) conhecimento de emoções e sensações, e, deste modo, também se tornar um instrumento para o autoconhecimento do indivíduo em um contexto global.

Ademais, no contexto arteterapêutico, ainda são poucos os trabalhos que se aproveitam desta abordagem. Dessa forma, aqui pretendemos descrever uma série de atividades e dinâmicas que trabalham a audição e a visão juntas, mais especificamente, as notas/intervalos musicais e cores, para que possam servir de inspiração para futuros trabalhos nesse sentido.

### **1.4 PROCEDIMENTOS METODOLÓGICOS**

Serão analisadas as ideias que embasaram a proposta desta oficina, ela própria e seus registros escritos, fotografias e gravações sonoras e audiovisuais, realizada em duas seções semanais, num total de seis encontros, com duração de duas horas cada, realizados no Ateliê Rigo, no mês de outubro de 2012 com os alunos de cursos livres de desenho e de pintura de Santo André, e convidados,

sendo um grupo variável de adultos de ambos os sexos. Todas as atividades e também as sensibilizações trabalharam a integração audiovisual.

## 2. INTRODUÇÃO TEÓRICA

O som e a cor<sup>1</sup> são dos materiais mais elementares, e assim também são sentidos antes mesmo de serem percebidos como informações pelo cérebro:

(...) [a música] nos domina emocionalmente e, ainda assim, não pode ser facilmente analisada. Seu conteúdo vai além daquilo que podemos verbalizar. (ROOKMAKER, 2010, p.15)

A cor é uma das mais penetrantes experiências visuais, por isso está impregnada de informações. (...) Ela dá uma qualidade afetiva às nossas percepções e, assim, sentimentos e idéias podem ser expressos (HENCKES e LEME, 2011, p.159)

Mas cada vez menos estamos prontos a reconhecê-los conscientemente. Desta forma, estas atividades têm um grande potencial de ligarem-se ao sensível e ao inconsciente para trazê-los novamente ao visível e ao consciente, facilitando o trabalho terapêutico. As atividades deste projeto de intervenção utilizam como base o exercício de conexões entre diferentes percepções sensoriais, como agente sensibilizador e facilitador do autoconhecimento – a “mão como mediadora do olhar, o pensar e o sentir na expressão pela cor” (HENCHES e LEME, 2011, p.157) e pelo som.

### 2.1 A COR

A cor apresenta-se como diferentes comprimentos de ondas de luz, que normalmente são refletidas do ambiente<sup>2</sup>, sendo percebidas através do olho e do cérebro. Por isso, Oliver Sacks (1995 apud HENCKES e LEME, 2011, p.158) diz que “as cores não estão ‘lá’ no mundo, mas são construídas pelo cérebro”, imbuídas dos simbolismos e vivências individuais.

As relações entre as cores, os estados de humor e sensações há muito são pesquisadas por artistas, cientistas, filósofos e médicos<sup>3</sup>.

Em pesquisa recente realizada na Universidade de Manchester, Reino Unido (Whorwell Et Al., 2010) se ressalta a importância das cores como um indicativo do estado emocional de uma pessoa, podendo sinalizar o estado de

<sup>1</sup> E “as ações e paixões da luz”, como dizia Goethe (1993).

<sup>2</sup> Numa interação de energia e matéria, como descreve Azeemi & Raza (2005)

<sup>3</sup> Por exemplo, segundo Barreira e Brasil, para Van Gogh (1853-1890) as cores tinham a finalidade de representar as emoções.

saúde, o humor ou até mesmo o resultado do tratamento em uma variedade de situações clínicas. (HENCKES e LEME, 2011, p. 157)



**Figura 1 - Esquema de integração entre cor e emoção**  
Fonte: (HENCKES e LEME, 2011)

A reconhecida utilização clínica e terapêutica da cor aproveita-se de que

"A cor está mais relacionada com o nível emocional subconsciente e, portanto, ajuda a revelar aspectos da individualidade que não estão disponíveis habitualmente no nosso lado consciente e mecanicista." (SUN e SUN, 1999, p.33).

## 2.2 O SOM

O som é uma onda que vibra do instrumento produtor até o ouvido de quem está próximo, utilizando qualquer matéria para se propagar. A música é a organização de sons e silêncios.

Segundo Schoen, a música é bastante eficaz em relação aos estímulos dentre os processos perceptivos, pois ela age sobre a capacidade emocional humana com mais amplitude e rapidez do que qualquer outro ato (OLIVIER, 2011, p. 71).

Isto pode ser explicado porque, como descreve Olivier (2011, p.70-71), a música atinge diretamente a parte do cérebro que detém estímulos de emoções, sensações e sentimentos, sem ter que percorrer por centros cerebrais encarregados pela razão e inteligência, ou seja, os estímulos chegam até o organismo por meio do tálamo, sem ter que passar por centros superiores do cérebro, sendo assim, a

música pode ser percebida sem a presença da razão e do discernimento, pois temos reações à música sem mesmo estarmos focados nela.

Mais do que isso,

É nesse momento que chegamos a uma grande questão acerca do uso da música em Arteterapia. Nossos ouvidos percebem fisicamente o som, e a mensagem sonora é transmitida ao cérebro por vias neurais, mas existe algo mais entre a recepção dela e a sua significação que nos faz pensar sobre o que leva as pessoas a perceberem um mesmo som de maneira tão igual e, por outro lado, de maneira tão distinta. Esse algo mais pode estar relacionado com as características objetivas e subjetivas do indivíduo, que, na Psicologia simbólica junguiana, chamamos de arquétipos e coletivos (VICTORIO, 2008, p. 26).

De fato, todo ser humano carrega consigo a possibilidade da criação, ou seja, a criatividade faz parte do “ser” ser humano. O que pode diferenciar de um indivíduo para o outro é a expressão, que depende do meio onde cada um é inserido e de sua identidade sonora (ISO, que é composto por todo repertório sonoro adquirido pelo indivíduo desde sua formação no ventre da mãe até seu momento atual). Entendendo-se a expressão emocional uma das funções da música, podemos dizer que ela se apresenta como essencial para a harmonização entre razão e emoção (VICTORIO, 2008 e OLIVIER, 2011). Tendo isso como base, é justamente aí que podemos relacionar com a expressão musical com a Arteterapia de base junguiana, pois ela procura a harmonização do ser humano por meio do equilíbrio de suas funções básicas, para que ele tenha condições de fazer escolhas fundamentadas em valores coerentes com o seu interior, aliando, assim, razão e emoção, desenvolvendo a sua expressão criativa e ligando-o à sua essência original (VICTORIO, 2008, p. 31). Nesse contexto, a partir das pesquisas de Merriam (1978), Victorio (2008) descreve como funções criadoras da música:

expressão emocional, prazer estético, entretenimento, comunicação, representação simbólica, resposta corporal, reforço da conformidade com as normas sociais, consolidação das instituições sociais, contribuição para a continuidade e a estabilidade da cultura e integração da sociedade (MERRIAN, 1978 apud VICTORIO, 2008, p. 29).

### 2.3 COR, SOM E MULTISENSORIALIDADE

Segundo Borba (2004, p. 947), “*multissensorial* é a apresentação de uma multiplicidade de sensações”. Sobre a relação entre cor e som, como vemos em Peixe (2010), esta é estudada desde a Antiguidade por filósofos, cientistas e artistas.

Segundo Forslind (1996), não só semelhanças como vibração, frequência e formas existem entre as notas musicais e cores, mas também iguais diferenças. Por exemplo, uma nota musical poderá ter um papel diferente na escuta dependendo da sua função harmônica, já uma determinada cor poderá parecer diferente em função da cor do fundo onde a mesma possa estar presente. Tudo o que percebemos, enfim, percebemos em relações. Essa constatação revela nossa necessidade de espaço e tempo para reestabelecermos nossas relações – o que, de forma bastante poética, Alves explica:

“A vida precisa do vazio: a lagarta dorme num vazio chamado casulo até se transformar em borboleta. A música precisa de um vazio chamado silêncio para ser ouvida. Um poema precisa do vazio da folha de papel em branco para ser escrito. E as pessoas, para serem belas e amadas, precisam ter um vazio dentro delas. A maioria acha o contrário; pensa que o bom é ser cheio. Essas são as pessoas que se acham cheias de verdades e sabedoria e falam sem parar. São umas chatas quando não são autoritárias. Bonitas são as pessoas que falam pouco e sabem escutar. A essas pessoas é fácil amar. Elas estão cheias de vazio. E é no vazio da distância que vive a saudade...” (ALVES, 2003, p. 102).

Ao falarmos precisamente das relações entre som e cor, é impossível não nos remetermos a Kandinsky, que em 1912 publicou “Sobre o Espiritual na Arte”, baseado nas pesquisas de Goethe, nos conhecimentos antroposóficos e em sua própria experiência sinestésica<sup>4</sup>. Seu livro serviu de base para muitos trabalhos artísticos e educacionais, como os de Itten e Klee, que deixaram importantes descrições dessas aplicações, principalmente em suas aulas “preparatórias”. As aulas do curso Preparatório destes e de outros mestres e as associações propostas por Kandinsky nos interessam particularmente, pois, em geral, o objetivo delas era não o “belo”, mas aliado à técnica, um trabalho expressivo, psicológico, racional e

---

<sup>4</sup> Sinestesia é definida como a “Sensação secundária que acompanha uma percepção [...] Sensação em um lugar, devida a um estímulo em outro [...] Condição em que a impressão de um sentido é percebida como sensação de outro”. (MICHAELIS, 2009)

físico para o desenvolvimento global do indivíduo, como se pode perceber no levantamento realizado em Rigo (2011).

Yara Caznok (2008), através de uma investigação histórico-bibliográfica e de análise de repertório, defende que o sentido da audição, expresso na tradição da música ocidental, sempre esteve ligado ao sentido da visão, e a divisão entre eles deve-se a “pensamentos teóricos, técnicos e analíticos alheios à concepção e à experiências artísticas” (RODRIGUES, 2009, p.11).

## **2.4 UM OLHAR DA NEUROCIÊNCIA**

Gattino, Rodrigues e Silva (2012) destacam que cada vez mais estudos têm verificado que a integração de estímulos sensoriais diferentes, como som e cor, ampliam a resposta do cérebro, interferindo em tempo, precisão e durabilidade das informações, para o que os estudos sobre sinestesia revelam, particularmente, a potencialidade de lidar de forma leve e integrativa com as informações que criamos ou com as quais somos bombardeados.

Como resume Victório (2008, p. 22): “É no cérebro que todas as nossas impressões recebem a possibilidade de se transformarem em expressões”.

## **2.5 A PRÁTICA ARTETERAPÊUTICA**

“Não posso dar o que já existe em você mesmo.  
Não posso abrir-lhe outro mundo de imagens,  
Além daquele que já existe em sua alma. Não lhe posso dar a não  
Ser a oportunidade, o impulso, a chave...  
Eu o ajudarei a tornar visível o seu próprio mundo... ”  
(Herman Hesse)

Sem uma origem unânime, a Arteterapia baseia-se em vários, e variados, campos do conhecimento. Como a definição oferecida pela UBAAT - União Brasileira de Associações de Arteterapia (<http://www.ubaat.org/>, acessado em 15/01/2013) descreve:

Arteterapia é o uso terapêutico da atividade artística no contexto de uma relação profissional por pessoas que experiem doenças, traumas ou dificuldades na vida, assim como por pessoas que buscam desenvolvimento pessoal. Por meio do criar em arte e do refletir sobre os processos e

trabalhos artísticos resultantes, pessoas podem ampliar o conhecimento de si e dos outros, aumentar sua autoestima, lidar melhor com sintomas, estresse e experiências traumáticas, desenvolver recursos físicos, cognitivos e emocionais e desfrutar do prazer vitalizador do fazer artístico.

Sempre cabe destacar, que no contexto arteterapêutico o que mais importa não é resultado final da obra, a ênfase não está na estética em si, mas sim no caminho percorrido para a obra final, o processo, que transforma e revela ao indivíduo – e ao arteterapeuta consciente – uma forma visível ao que se encontra invisível e indizível, em seu universo interior:

"Por meio de expressões criativas, dinamizadas por meios plásticos ou performáticos, o Universo de cada ser, como manifestação de um sistema complexo e total em si mesmo, tem a possibilidade de ser explorado (...)" (URRUTIGARAY apud HENCKES e LEME, 2011, p. 175)

Toda linguagem artística pode ser utilizada como recurso arteterapêutico. A música incita a expressão emocional e simbólica, e é um componente que produz valores e comportamentos sociais, além de garantir a ligação do indivíduo com a sua cultura. Para Victorio, a música pode ser considerada como um símbolo arquetípico com funções transformadoras e

é exatamente neste aspecto que reside toda a nossa compreensão acerca do uso da música em Arteterapia, ou seja, por meio da música, o inconsciente também pode ser acessado simbolicamente, trazendo à consciência desejos, perdas, dores, decepções e desconfortos que, posteriormente sendo expressos em um material plástico, seja desenho, pintura, colagem, modelagem, ou outro recurso, podem ser compreendidos e transformados, permitindo uma nova qualidade de vida e possibilitando que o indivíduo prossiga em sua jornada de autoconhecimento, rumo à individuação (2008, p. 37).

A cor, por sua vez, é inerente a qualquer expressão plástica ou visual, portanto um elemento utilizado em grande parte das atividades arteterapêuticas, além de frequentemente usada em testes psicológicos, onde "a cor geralmente é usada para revelar as características mentais e emocionais complexas do indivíduo", auxiliando em diagnósticos fisiológicos e psicológicos (SUN e SUN, 1999, p.26).

Sem desconsiderar seu valor, não focamos aqui a chamada cromoterapia<sup>5</sup>, que ainda não tem amplo reconhecimento, mas também não é estritamente Arteterapia, agindo principalmente no tratamento e equilíbrio físico, energético e fisiológico.

---

<sup>5</sup> Cromoterapia é uma teoria sobre o uso medicinal de espectros visíveis da radiação eletromagnética (cores), direta ou indiretamente, no corpo humano. Provavelmente iniciada em 2000 a.C., mas a aceitação pela ciência contemporânea ainda carece de estudos e organização. (AZEEMI e RAZA, 2005)

## 2.6 CRIATIVIDADE E OFICINAS DE CRIATIVIDADE

A criatividade, tão associada ao processo artístico, relaciona-se com a vida em causa, espelho e consequência (OSTROWER, 1999; BERNARDO, 2008), sendo parte da essência humana e indispensável para o desenvolvimento pessoal e psíquico.

Jung considerava a criatividade como um dos instintos humanos. Quando trabalhamos com recursos artísticos, criamos um mundo imaginário composto por uma relação de forças que retratam a dinâmica de nossa psique, através da linguagem simbólica. A nossa consciência é criada e ordenada a partir da emergência e ordenação dessas forças, as quais se encontram sempre em movimento em nosso inconsciente, criando e recriando a Vida em nós. (...) E todo início nos brinda com a oportunidade de uma auto-criação, tendo um efeito renovador sobre nós, correspondendo a uma regeneração e potencialização da energia psíquica. (BERNARDO, 2008, p.115).

Mesmo que essas reflexões venham sendo constituídas há séculos, segundo Cupertino (2006) as Oficinas de Criatividade constituem-se como um recurso recente e em crescente destaque tanto em contextos educacionais, quanto de saúde; um facilitador à escuta, à resignificação, ao autoconhecimento, à (re) integração do indivíduo e/ou grupo, através do uso de recursos expressivos de natureza artística.

## 2.7 NOSSA PRÁTICA ARTETERAPÊUTICA

Nossa intervenção propôs-se a uma ação preventiva, estimulando processos criativos e (novas) relações sensíveis e sensoriais, novas percepções pessoais, coletivas e ambientais, contribuindo para uma boa qualidade de vida, trabalhando a experiência arteterapêutica multissensorial, identificada com a proposta junguiana de estímulo à criatividade e ao desenvolvimento da *individuação*, favorecendo o autoconhecimento.

Sendo uma proposta comum ao trabalho arteterapêutico, inúmeras poderiam ser as atividades e orientações, aqui, porém pensamos numa pouco usual abordagem multissensorial, para todo o conjunto, especificamente, com as notas/intervalos musicais e cores<sup>6</sup>.

---

<sup>6</sup> Destacamos que Barreira e Brasil, entre suas inúmeras atividades arteterapêuticas, propõem relacionar o timbre da cada instrumento musical a uma cor (BARREIRA e BRASIL, 2012).

Ao trabalharmos simultaneamente múltiplos sentidos, lembramos que “Integrar sensações (sensação) e associar percepções (percepção) desperta a memória das nossas experiências sensíveis e culturais, individuais e coletivas” (FERRARA, 2007, apud HENCKES e LEME, 2011, p.175). Ampliando o espectro dos estímulos e ações, acreditamos poder ampliar a atuação dos recursos terapêuticos sonoros e plásticos e, principalmente, estimulando a reintegração do indivíduo, que, como vemos em Moholy-Nagy (2005) e Gonçalves (1994), em uma sociedade cada vez mais especializada, em que o indivíduo tende a ter corpo, mente, sentidos e sensações também forçosamente separados, uma sociedade na qual a pessoa cada vez mais perde sua essência no que tange ao ser “ser humano”, e com a onipresença da tecnologia (que claro que tem seu lado positivo, e até nos utilizamos dela em nossas vivências), perdeu um pouco a capacidade de interagir com suas próprias sensações e sentidos, formando, assim, uma sociedade que tende a valorizar mais o virtual do que o real e o emocional.

Ao descobrir ou redescobrir relações multisensoriais (especialmente som e cor), estimula-se o poder criativo, o (re) conhecimento de emoções e sensações, e, deste modo, também tornando-se um instrumento para o autoconhecimento do indivíduo em um contexto global.

Corroborando a abordagem proposta na oficina que descrevemos a seguir, retomamos as neurociências e Gattino, Rodrigues e Silva (2012), para os quais o tema da integração audiovisual tem sido bastante abordado e vem demonstrando a eficácia desta integração para diferentes patologias e contextos.

A organização das propostas ao longo da Oficina Multissensorial segue as etapas do processo criativo e de individuação destacado por Jung – e por ele também chamado “caminho da salvação”, o “caminho do herói” – a saber: a partida e abertura de novas possibilidades de (auto) criação, nos dois primeiros encontros, onde se apresentam alguns novos caminhos criativos; a “iniciação”, ou ruptura com os caminhos tradicionais de relacionamento com a realidade, desencadeando “uma morte simbólica”, quando se dá a superação e a elaboração simbólica, e a partir da autopercepção torna-se praticamente o único caminho, aqui representado entre o terceiro e quinto encontros; e, então, no último encontro, “um renascimento”, constituindo-se numa ampliação da consciência (BERNARDO, 2008).

### 3. A OFICINA

Foram realizados seis encontros em duas seções semanais, com duração de duas horas cada, no Ateliê Rigo, com os alunos de cursos livres de desenho e de pintura do Ateliê Rigo e Ateliê Sueli Ribeiro, ambos situados em Santo André, e convidados, sendo um grupo variável de adultos de ambos os sexos.

Por ser um grupo com participantes constantes, mas uma maioria menos frequente, em todos os encontros haveria a apresentação de cada participante, por meio do cantar ou desenhar o próprio nome. Porém, devido, ao desconforto que sentimos ter gerado com essa proposta, decidimos manter a proposta inicial de a apresentação surgir na espera e acompanhar cada seção de duas avaliações de estado feitas pelos próprios participantes, com uma palavra à pergunta; “*Como está sentindo-se agora?*”, ao princípio, e outra que resume toda a atividade e sua própria experiência naquela sessão, ao final.

A sensibilização foi feita sempre com apreciação de uma peça musical e/ou de um quadro pintado pela artista Vanessa Rigo.

#### 3.1 PRIMEIRO ENCONTRO: “Ouvindo sua Cor Interior”.

Atividades: Cor do Som, Som da Cor (estabelecer relações que os participantes fazem entre cores e notas/intervalos musicais) e Sentido da Cor (relações sensíveis com as cores)

Objetivo terapêutico: sensibilizar e despertar a percepção de mais de uma sensação de um estímulo sonoro ou visual, abrindo um novo canal para a auto-escuta e auto-observação.

Começamos com uma sensibilização em dois momentos de interiorização, em que cada um deveria observar as nuances de uma música e depois desta, de um quadro. A seguir deveriam escrever novamente como se sentiam ou sentiram, podendo falar sobre um ou outro momento da vivência de sensibilização ou sobre os dois. A seguir foi aberto um tempo para que pudessem verbalizar isso. Essa sensibilização já trouxe relações do som e da cor (por exemplo, a música/ sensação musical foi repetidamente descrita em associação à cor “verde”), então, seguimos para as atividades.

Este primeiro encontro teve por objetivo apresentar e iniciar essa jornada de forma que os participantes pudessem ficar confortáveis com a proposta. Para tanto, foram realizadas três vivências voltadas para os recursos básicos da oficina – cor e som integrados – e para uma escuta interior, entendida como silêncio, escuta interna e criativa de si e do mundo exterior impregnado do mundo interior, para a elaboração simbólica e a exteriorização de conteúdos internos.

De fato, neste dia, foram realizadas duas propostas com o objetivo específico de ampliar a percepção pessoal a partir de um estímulo ambiental, trazendo relações que os participantes podem intuitivamente fazer entre cores e notas/intervalos musicais:

1: Cor do som: uma nota das 12 notas da escala musical ocidental era executada três vezes:

- |                      |                       |
|----------------------|-----------------------|
| 1- C (Dó)            | 7- F# (Fá sustenido)  |
| 2- C# (Dó sustenido) | 8- G(Sol)             |
| 3- D (Ré)            | 9- G# (Sol sustenido) |
| 4- D# (Ré sustenido) | 10-A (Lá)             |
| 5- E (Mi)            | 11-A# (Lá sustenido)  |
| 6- F (Fá)            | 12-B (Si)             |

Nesse período, que foi estendido quando necessário, o participante deveria escolher uma cor, que lhe parecia característica da nota, naquele momento. Foram disponibilizados giz e lápis de cor.

Com esse teste, poder-se-ia descobrir um sinesteta, porém, como as instruções para a proposta já incluíam uma breve história sobre essa condição, isso seria igualmente desafiador e traria uma representação de uma certa paleta de cores pessoal, composta pela relação com todas as notas – e essa paleta nos dá dicas sobre o momento psicológico do participante.

Sobre este outro aspecto, tem-se como referência Johannes Itten, professor de pintura e famoso por sua atuação na Bauhaus<sup>7</sup>, que costumava estudar a paleta pessoal de seus alunos (o que ele chamava de “cores subjetivas”) como forma de conhecer melhor seu temperamento e tendências, e assim ajudá-los em seu desenvolvimento expressivo (ITTEN, 2004), além das pesquisas de Wassily Kandinsky sobre as associações, ações e simbologia das cores (KANDINSKY,

---

<sup>7</sup> Escola de arquitetura e design alemã, surgida em 1919, com a proposta de unir artes, artesanato e indústria e desenvolver globalmente o novo homem para a nova sociedade que surgia (RIGO, 2011)

1990). Lembrando os preceitos de Plaza (2003, apud FREITAS, 2009, p.145), “a operação tradutora como trânsito criativo de linguagens nada tem a ver com fidelidade, pois ela cria sua própria verdade”.

O material disponibilizado neste momento também é significativo, pois são materiais familiares a todos (o que foi destacado com alegria e nostalgia pelos próprios participantes), introspectivos, e como ressalta Urrutigaray, “o resultado obtido com o lápis é um excelente indicativo de estados internos” (URRUTIGARAY, 2003, apud COUTINHO, 2007, p.72), e a expressão clara destes, sem ser forçosa, o que deveria ser (e foi) a essência deste primeiro dia.

Analizando as relações entre as respostas dos participantes, fica claro o relacionamento bastante particular de cada participante com o som e as cores, sendo muito raro a igual interpretação de uma mesma nota, mais raro do que interpretações opostas (escolha de cores complementares para uma mesma nota musical) entre os participantes. Contudo, foi bastante comum relações semelhantes entre os participantes, como esperávamos, mostrando uma associação simbólica coletiva com as notas e cores essenciais, filtrada por simbolismos pessoais.

Por trás dessas escolhas pode-se, como dissemos, entrever uma palheta pessoal de cores: mais avermelhada para o Participante 1 (8 notas) e Participante 3 (6 notas) e mais amarelada para o Participante 2 (6 notas). Essas cores, simbolicamente, coincidem com o momento de vida dos participantes (conforme o que foi relatado por eles em conversas antes da sessão): a busca de estabilidade pelos Participantes 1 e 3, e de expansão racional do Participante 2.

Como deixamos livre a forma como fariam a representação, pudemos observar outros elementos nas relações feitas pelos participantes:

**Participante 1:** pequenos retângulos de dimensões (pouco) variáveis

**Participante 2:** formas variáveis, indo de linhas (mais frequente) a áreas densas ou com noção de figura e fundo, mas com dimensões medianas e semelhantes

**Participante 3:** retângulos de comprimentos crescentes



Figura 2 - Imagens das relações desenvolvidas

Cabe nota que o Participante 2 já tinha conhecimento da possibilidade de relações entre cores, formas e sons. O Participante 1 estava tão receoso (e chegou a verbalizar isso repetidas vezes) quanto indicavam as dimensões de suas formas.

2: Para a segunda atividade expressiva do encontro, propusemos uma inversa transposição de linguagem, reforçando os objetivos de estimulação multissensorial do cérebro, e da própria ação arteterapêutica, como nos diz Bernardo (2008):

Asa atividades expressivas podem fornecer à alma uma linguagem através da qual ela possa manifestar-se e ser convidada a participar de nossa realidade concreta, colocando-nos em contato com os símbolos que guiam e estruturam o nosso desenvolvimento psíquico. Assim, ao trabalhar sobre a matéria com esse intuito (de abrir diálogo com a alma), o homem também trabalha sobre si próprio, e desse processo poderá resultar uma transformação tanto interna (relativa ao eu) quanto externa (relativa às relações eu-mundo). (BERNARDO 2008, p.125)

Sendo duas linguagens, neste contexto, de base artística e, sem dúvida, muito ligadas ao inconsciente, esperávamos que este diálogo entre elas fosse facilitado, assim como os processos de interiorização da possibilidade de novos processos criativos, e de exteriorização das mensagens internas.

Na atividade que chamamos de som da cor, foram mostradas 12 cores. Estas cores foram escolhidas por sua frequência de onda equivalente às frequências das notas, como vemos em Rodrigues (2009), em estudos com base na matemática e na comunicação visual realizados por Wilmer (2004 e 2009) em seu trabalho de

Partituras Coloridas, bem como na área da musicoterapia e da musicalização infantil por Rodrigues.

Cada participante deveria escolher qual das notas cada cor lhes parecesse. A sequência de notas era sempre a escala de Dó maior até Si, quando a nota tocada parecesse a cor, manifestavam a escolha, que era anotada.

Foi interessante perceber que a interpretação das cores resultou em interpretações sonoras mais coincidentes entre os participantes, ainda que não fosse o resultado mais comum. As relações iguais ou semelhantes em relação com a atividade anterior foram maiores entre os Participantes 1 e 3, que haviam expressado grande ansiedade e “desconhecimento sonoro”. O Participante 2 fez mais escolhas complementares às realizadas na atividade anterior.

Devido ao avanço do horário não pudemos explorar mais as relações sensíveis feitas pelos participantes e terminamos a seção com outro momento de escrita, verbalização e agradecimento.

O grupo, mesmo ainda tendo receio de “errar”, foi muito colaborativo e ficou muito à vontade.

Por suas colocações, acreditamos que conseguimos atingir o objetivo terapêutico deste dia, de sensibilização e possibilidade de percepção de mais de uma sensação de um estímulo sonoro ou visual, abrindo um canal para a autoescuta e a auto-observação.

	Início	Após sensibilização	Fim
<b>Participante 1</b>	À vontade, sem saber o que vai acontecer	muito bem, é como estar em um lugar em que ainda não estive	Confortável
<b>Participante 2</b>	Tranquilo	enorme, Redondo, Pai, confuso	Relaxado
<b>Participante 3</b>	Muito feliz	Com “a música me senti muito calma, só me veio na mente muito verde”, mas o quadro foi “assustador”	Gratificante

Figura 3 - Tabela de sensações do primeiro encontro

### 3.2 SEGUNDO ENCONTRO: “Para que imagens? Desenvolvendo o olhar e a imaginação através da criação sonora”.

Atividades: Música das Imagens (criação em grupo de uma sonoridade a partir de um estímulo visual – as criações sonoras devem começar individualmente e irem se expandindo para a formação do coletivo).

Objetivo terapêutico: estimular a atenção e tornar visível o sensível da memória e da imaginação, além de ampliar a percepção visual, incluindo a reflexão do que as imagens e as cores nos transmitem, dentro de nosso repertório pessoal, e da dualidade do coletivo/individual.



Figura 4 - Setting

Depois de cada um escrever sobre como se sentia, o grupo foi convidado a experimentar os diversos instrumentos que foram dispostos sobre um tapete, sem qualquer instrução prévia, realmente para que descobrissem ou criassem os sons possíveis com cada instrumento disposto no *setting*. Este movimento serviu-nos como sensibilização.

A atividade expressiva deste encontro, música das imagens, é uma variação do “diálogo de instrumentos” (Bernardo, 2008), mas aqui fornecemos um “assunto” através da linguagem visual, o que não é, portanto, de modo algum, um “recado” fechado, mas como qualquer obra artística – ou situação de vida – oferecia uma margem para várias interpretações e expectativas, que tendem a ser discutidas e

modificadas, ou não. Afinal, a criação depende do repertório pessoal e, assim, os participantes começaram a atividade individualmente, se expandindo para a formação do coletivo, ainda que não tenha sido esta a intenção dos participantes – o som se expande, não pode ser retido, e assim a ação individual não pode eliminar totalmente a ação sonora dos demais.

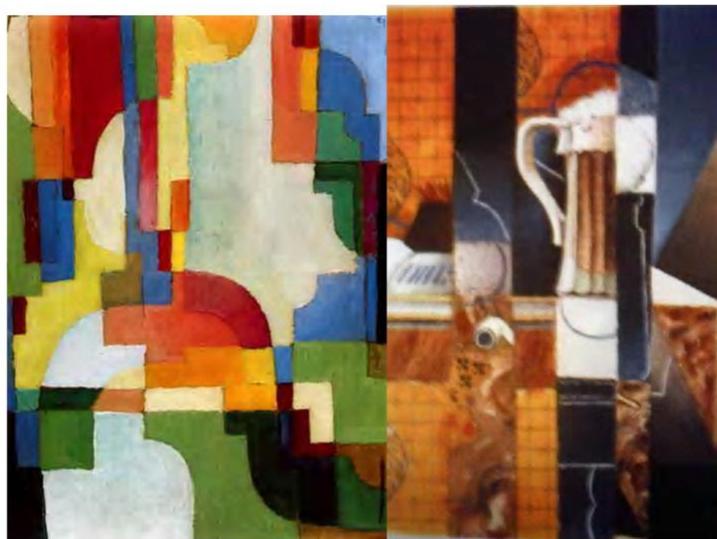
Assim, uma vez descobertas possibilidades sonoras destes instrumentos, foram exibidas na parede, uma a uma, durante o tempo determinado pela criação do grupo, reproduções, em tamanho aproximado A3, de quadros de diferentes estilos – pop arte, impressionismo, pontilhismo, abstrato, cubismo (Fontes: Material Educativo Pinacoteca do Estado de São Paulo e coleção “As Pinturas mais Valiosas do Mundo”, da Revista Caras):



1. “Autorretrato”, Andy Warhol, 1986 e 2. “Campo de Papoulas em Argenteuil”, Claude Monet, 1873.



3. “Retrato de Félix Fénéon sobre o Esmalte de um Fundo Rítmico de Compassos e Ângulos, Tons e Cores”, Paul Signac, 1890.



4. "Formas Coloridas I", Macke, 1913 e 5. "Copo de Cerveja e Baralho", Juan Gris, 1913

Figura 5 - Imagens utilizadas no segundo encontro (Fontes: Material Educativo Pinacoteca do Estado de São Paulo e coleção As Pinturas mais Valiosas do Mundo, Revista Caras).

Para todas as imagens e composições o objetivo praticamente nunca fora o mesmo: cada um imaginou e representou uma história, diferente uma das outras, oferecendo diferentes pontos de vista para uma mesma situação.

Para "Autorretrato", por exemplo, surgiram sonoridades ligadas a indígenas americanos, faroeste, enfim, diferentes relações e sensações dentro de um mesmo tema/ambiente, proposto no trabalho de Andy Warhol<sup>8</sup>.

Essas histórias eram trazidas ao final de cada atuação. Esse final era determinado pelo próprio grupo, coletivamente – dificilmente um participante seguia muito tempo sozinho, o que provavelmente relaciona-se com esse corpo-sociedade individual-coletivo que o som instiga, o que nos fez considerar alcançados os objetivos pretendidos para o encontro, a saber: estímulo à atenção visual e pessoal, destacando a memória e a imaginação, do mundo interior em integração ao coletivo.

Foi claro que essas propostas foram trazendo os sentimentos provocados pelas imagens, que, tendendo à abstração, trouxeram a questão das relações

---

<sup>8</sup> Interessante que essa referência que apareceu tão clara neste grupo gerou muita controvérsia em encontro de artistas e educadores sobre a vida e obra do artista promovido pela Pinacoteca do Estado em 2010.

sentimentais que os participantes estabeleciais com as cores. Fizemos, então, a atividade que não pôde ser realizada no dia anterior, **sentidos da cor**.

Inspirados pelo estudo de Kandinsky (1990), e como forma de conhecer o repertório de associação dos participantes, fornecendo um “retrato de nosso mundo interior num determinado momento existencial”, como Bernardo (2008, p.41) descreve as produções em contexto arteterapêutico, de acordo com as associações pessoais, que como vimos depende da história e do repertório de cada um.

Trata-se, pois, de saber que sentimentos as cores traziam: mostrando as cores da sessão passada, o grupo ia trazendo suas sensações corporais, espaciais ou sentimentais.

Cor		Participante 1	Participante 4	Participante 2
1	<b>Azul</b>	Cemitério, céu e mar	Céu, frio	Interior
2	<b>Violeta</b>	Terra		Pesado
3	<b>Amarelo-alaranjado</b>	Final de tarde	Trabalho	Prazer
4	<b>Rosa</b>	Suave	Infância, pantera cor de rosa	Chiclete
5	<b>Violeta claro</b>	Funeral	Jardim	Escola
6	<b>Amarelo</b>	Melão gostoso	Brasil	Samba
7	<b>Laranja</b>	Interior, liberdade	Ave, flamingo, liberdade	
8	<b>Magenta</b>	Flores	Juventude	Avô e avós maternos
9	<b>Verde</b>	Campos de futebol	Palmeiras	Diversão
10	<b>Marrom</b>	Tijolos, construção	Coisa antiga	Roupa de criança
11	<b>Vermelho</b>	Sangue	Galos do interior	Pokémon
12	<b>Cinza</b>	Tarde fria	Frio, tempestade, gosto de chá de camomila	São Paulo (cidade), trânsito

Figura 6 - Tabela com os sentidos atribuídos às 12 cores-sonoras

Encerramos com a escrita e verbalização do que foi e como estavam.

	<b>Início</b>	<b>Fim</b>
<b>Participante 1</b>	de bem com a vida, com as pessoas e com o que estou fazendo	Obrigado
<b>Participante 4</b>	tranquilo e alegre	continuo tranquilo; alegre e bem disposto; animado
<b>Participante 2</b>	Aliviado	Memória

Figura 7 - Tabela de sensações do segundo encontro

### 3.3 TERCEIRO ENCONTRO: “Paisagens (e outras imagens) Sonoras”.

Atividades: Imagens da Música (desenhar a partir de um estímulo auditivo – música).

Objetivo terapêutico pretendido: ampliar a percepção auditiva, incluindo a reflexão que as músicas nos transmitem, dentro de nosso repertório pessoal, e da dualidade do saber e do sentir coletivo e individual, além de estimular a atenção e tornar visível o sensível da memória e da imaginação.

Novamente o grupo solicitou fazer sua autoavaliação inicial. O que nos faz pensar em Henckes e Leme (2011, p.168) quando descrevem: “A emoção tem um componente de avaliação, isto é, determinada pelas avaliações que fazemos internamente e externamente.”

Posteriormente, trabalhamos uma sensibilização utilizando simultaneamente música (tema do filme “Romeu e Julieta”) e imagem (quadro: “O Portão” da artista Vanessa Rigo), seguida de um momento de verbalização dos sentimentos e percepções dos participantes. Esta sensibilização provocou uma resposta interessantíssima, pois foi nítida uma mudança nas formas de perceber. O Participante 1, até então, tinha uma observação bastante visual e concreta, aqui, como nas últimas imagens do encontro anterior, seu olhar foi muito além, aliás, o

quadro foi só o início da narrativa que a imagem+música despertou (criou a visualização de uma casa muito além d' "O Portão", e daí para o interior dela, sendo que, no quadro, nem a casa é visível, e nem é exatamente como a própria artista havia pensado quando pintou-o); enquanto que o Participante 2, que é muito imaginativo, experimentou o que chamou de sincronicidade entre os movimentos rítmicos da música, que ele não conhecia, e o direcionamento do olhar ao "investigar" a imagem.

Para a atividade expressiva, imagens da música, desenvolvemos uma adaptação de propostas realizadas no curso preparatório da Bauhaus por diversos professores (RIGO, 2011): a representação gráfica de um contexto musical expõe um contexto e uma visão sobre isso, que aqui inclui o sentimento interior. Devemos destacar, do tema deste encontro, que dentro da Pedagogia musical, o termo "paisagens sonoras" refere-se a todos os contextos, incluindo, portanto, imagens e/ou formas, porém, para as Artes Plásticas, paisagem é um gênero de pintura bastante específico. Assim, marcando a proposta integrativa, adotamos o termo "imagens".

Foram tocadas dez músicas, uma de cada estilo (Rock, Blues, Psy, Bossa Nova, Flamenco, Música Clássica - Canon, Sertanejo, Forró, Salsa e Música Árabe), cada qual uma única vez. Os participantes fizeram uma representação gráfica das sensações despertadas pela música depois da sua execução digital.

Foram disponibilizados inicialmente giz de cera, contribuindo com um sentido de familiaridade à proposta, suportes coloridos; depois tinta guache, contribuindo com seu sentido de adequação e transformação; e então papéis coloridos para colagem, num sentido de construir e consolidar uma transformação das percepções e sensações. Cada material foi oferecido para duas propostas consecutivas, e as demais, de livre escolha de materiais.

O resultado marcou bem as diferentes histórias e preocupações dos participantes: o Participante 1, mais velho, contido e ligado à pintura e desenho, trabalhou com muito desenho, muitos deles bastante esmaecidos. O Participante 2, que é ator, por sua vez trabalhou com maior variedade de técnicas e materiais, além de muitos elementos tridimensionais.

Cada desenho era explicado pelo participante ao final da atividade, e isso era mesmo uma necessidade deles – ainda que não quisessem falar sobre todos. Apareceram relações que eles “criaram” para realizar os desenhos, como a que o

Participante 1 fez entre a salsa (música 9) e um “homem pensando ao sol”, e uma pintura amarela com algumas linhas pretas, o que conjuga a cor amarela e as linhas. Pensando nisso, realizamos outra tabela com associações feitas entre os “quatro elementos” e a música, e os trabalhos produzidos pelos participantes nesta oficina – essas interpretações e associações partem do trabalho de Queiroz (1997), do discurso dos participantes e das considerações realizadas pelos facilitadores.

	Temperamento associado, a partir de Queiroz (1997)	Participante 1	Participante 2
Rock	Fogo	Desenho com elementos ligados à Terra e ao feminino	Desenho com predominio de cores quentes (Fogo)
Blues	Fogo	Desenho de um circo de pulgas e traz uma clara relação de hierarquia. (Fogo)	Desenho de planetas brilhantes em torno de uma estrutura. (Todos)
Sertanejo	Terra	Associou à Terra Nordestina	Pintura linear e abstrata. (Ar)
Bossa Nova	Ar	Associou a Água e Terra (corpos-praia-mar, corpo troncudo e corpo delgado)	Pintura e colagem, levemente tridimensional. (Ar)
Flamenco	Fogo	Colagem. (Água e Terra)	Colagens de conjuntos de sobreposições tridimensionais. (Terra)
Música Clássica - Canon	Ar	Desenho de pôr-do-sol em um rio. (Água, Terra e Fogo).	Pintura e colagem. (Terra e Ar)
Psy	Fogo	Desenho de cidade e poluição. (Terra e Ar).	Desenho abstrato + estrutura tridimensional. (Fogo e Ar)
Forró	Terra	Pintura. (Terra e Ar)	Pintura e assemblage abstratas. (Terra e Água)
Salsa	Água	Associou ao elemento Ar (e a suas simbologias).	Desenho e Colagem (Terra, Fogo e Ar)
Música Árabe	Fogo	Desenho de um homem num caminho no interior. (Terra e Ar)	Pintura e colagem traduzindo um ser em um caminho. (Terra e Água)
Música com identificação com os elementos iguais entre participantes, mas diferente entre estes e a sugerida por Queiroz (1997)		Música com identificação com os elementos iguais entre o(s) participante(s) e as realizadas a partir de Queiroz (1997)	

Figura 8 - Tabela dos Elementos associados às músicas e aos resultados plásticos deste encontro

A partir desta tabela, percebemos a riqueza de interpretações sensíveis e plásticas possíveis para a música – ainda que sejam “narrativas” muito similares para o grupo em questão (Participantes 1 e 2), visíveis em simbologias plásticas

frequentemente ditas universais. Deste modo, fica claro também a importância de uma abertura para a livre expressão verbal e não-verbal, um espaço para revelar a si mesmo e para ser si mesmo.



Figura 9 - Imagens de trabalhos do terceiro encontro (ambos os participantes)

O objetivo terapêutico, de ampliar a percepção auditiva, incluindo a reflexão sobre as músicas, dentro de nosso repertório pessoal, e da dualidade do saber e do sentir coletivo e individual, além de estimular a atenção e tornar visível o sensível da memória e da imaginação, parece ter sido atingido.

	Início	Resumo do discurso sobre a sensibilização	Fim
Participante 1	Normal, tudo bem	O tempo e a música deram ao quadro, já conhecido, outras dimensões: “uma música dentro dele”, “uma vida para além do portão”.	Ótima
Participante 2	Tranquilo e agitado	Experimentou vários momentos de sincronicidade entre as variações musicais e o movimento de observação do quadro	Furacão

Figura 10 - Tabela de sensações do terceiro encontro

### **3.4 QUARTO ENCONTRO: “Relacionando-se com o diferente”.**

Atividades: pintura em pedra (BERNARDO, 2008), a partir de um estímulo auditivo – sons e ruídos (compositor Edgard Varèse).

Objetivo terapêutico: aceitação do diferente (fora do padrão organizado) e resignificação/superação.

Este encontro foi o que contou com o maior número de participantes.

Iniciamos com a tradicional descrição de como estavam, e a seguir colocamos um quadro de marina e sons/ruídos de mar. Esta sensibilização causou sensações muito variadas: de calma e de agitação, de conexão (imagem e som de vento e mar) e de confusão (imagem tranquila e som turbulento).

Após todas as colocações, apresentamos os materiais que já estavam dispostos sobre a mesa, que do canto, passou a ocupar o lugar central da sala, e a proposta: pintar pedras (BERNARDO, 2008) de jardim preparadas (poderiam escolher a(s) que desejasse(m)) a partir da música eletrônica de ruídos do álbum “L’Oeuvre”, de Edgard Varèse. Utilizamos as músicas: Densite 21,5 (for solo flute), Ionisation, Ecuatorial e Nocturnal.

Edgard Varèse (1883-1965), compositor visionário, nascido na França e naturalizado americano – apaixonado pela física e pelas possibilidades e vida da metrópole de Nova Iorque – integrou novos conceitos de sonoridade à música. Essa plasticidade psíquica de um visionário (e necessária a seus ouvintes) é trabalhada, na pintura em pedras, que também indica no sentido da transformação de uma situação em aprendizado (BERNARDO, 2008).

Assim, julgamos ideal a escolha deste álbum para esta atividade por conta da convergência de objetivos: enfrentar e aceitar essa matéria-prima diferente, áspera e porque não dizer difícil mesmo (as pedras e os ruídos) – perfeitamente explicado por Jung (1985, in: BERNARDO, 2008, p.138):

A luta contra a força paralizante do inconsciente dá forças criadoras ao homem. Pois é esta a fonte de toda criação, mas é necessário coragem heróica para lutar contra essas potências e arrancar-lhes a preciosidade dificilmente alcançável.

Nota desta atividade, Igor (um dos coordenadores) foi proponente e participante. Outra nota faz-se do Participante 4, que chegou mais tarde e acabou entrando durante a atividade já iniciada, e, dado seu tempo para iniciar junto aos

demais, seu envolvimento/desenvolvimento/entendimento foi bastante semelhante ao dos demais.

As músicas de Edgard Varèse tocaram por cerca de 30 minutos e, ao término delas, os participantes foram encerrando a atividade. Cada um contou então um pouco sobre as sensações trazidas pela música (e nós, ao final, um pouco sobre a música e o músico) e, a seguir, sobre o que cada participante produziu, sentidos, símbolos e sensações. Neste momento, várias percepções, inquietações e questionamentos fizeram parte do grupo, e com algumas semelhanças entre si, como: “que sons seriam aqueles?”, “parece uma cidade”, “caótico”, “alguém parecia querer viver”. Alguns sentiram que foi pouco tempo, outros que fora demais (do mesmo modo, alguns pintaram apenas uma pedra, outros duas, um deles várias).

De todos percebeu-se a idéia clara de superação – da música, da pintura, do tempo, de ideias e sensações, da vida, de si. Deste modo, percebemos também que os objetivos deste encontro foram desenvolvidos.





Figura 11 - Resultados Participantes 1, 2, 4, 5, 6 e os dois lados do resultado do Participante 7.  
(apenas Participante 1 não pintou a "base")

Para encerrar pedimos que resumissem em apenas uma palavra o que foi este encontro.

	Início	Fim
<b>Participante 1</b>	Me sinto bem, o dia está ótimo, eu estou ótimo	ótimo
<b>Participante 2</b>	Com dores no corpo, stress muscular	tuntatã
<b>Participante 6</b>	Curioso	Inspiração
<b>Participante 7</b>	Curiosidade	Vida
<b>Participante 5</b>	Sono	Ditadura
<b>Participante 4</b>	-	vida

Figura 12 - Tabela de sensações do quarto encontro

### 3.5 QUINTO ENCONTRO: “Partituras Pessoais”.

Atividades: Partituras Pessoais (elaborar um código de transcrição sonora que permita o desenvolvimento de uma partitura, que deverá então ser re-traduzida como sons).

Objetivo terapêutico: estimular processos criativos.

Como um dos participantes avisou que ia demorar e os demais chegaram mais cedo, retomamos os desenhos realizados no terceiro encontro e a memória que tinham deles, das músicas a eles associadas, do processo/relações realizadas para a execução de cada um deles: em um primeiro momento através das imagens no computador, conferindo a ordem/ritmo que falavam com trechos das músicas usadas, e depois com o conjunto distribuído no chão.

Ambos, depois desse intervalo de uma semana, lembravam a autoria de todos os desenhos, mas não toda a ordem e o ritmo que inspirou cada desenho, sendo maiores os acertos na primeira tentativa do que ao apenas olharem os desenhos em si. Ficou claro que o ritmo da música foi um fator importante para lembrar a ordem e as histórias dos desenhos (interessante que a ordem e métodos de feitura dos desenhos foram os principais motes de lembrança, e nem tanto a música, não para o aluno de pintura e sim para o participante que tinha noções de música, mas trabalha com o corpo).

Com o grupo completo, iniciamos com a escrita, novamente, e a seguir a sensibilização proposta era também parte da atividade: foi apresentado um breve histórico sobre as partituras e partituras pessoais.

Sobre as partituras pessoais, cuja história mescla-se com a história da Música e vem sendo resgatada de muitas formas, é inspirador e esclarecedor destacar o prefácio do livro *Impressões Sonoras* de Márcia Victorio (2008), no qual a artista plástica e arteterapeuta Angela Philippini nos escreve de forma poética algo sobre o mundo dos sons e das cores, relata que vivemos mergulhados em sons e em diversas paisagens sonoras, que somos como “fontes sonoras”. A autora também compara a nossa trajetória humana com uma partitura musical que contem sons, silêncios, pausas, consonâncias e dissonâncias, e afirma que podemos fazer registros nessas “partituras biográficas” utilizando várias cores, formas, linhas, sombras e luzes, trazendo assim um estreito dialogo entre a relação das cores com as notas musicais impressas em nossas vidas.

Na atividade proposta, os participantes deveriam tentar escutar todos os sons neles mesmos, no ambiente do ateliê e fora dele, gradativamente. Então, ainda em silêncio (apenas havendo o som do ventilador, pois fazia muito calor), tentariam registrar, como quisessem, tudo, ou uma parte, ou uma versão do que ouviram.

Quando terminaram, cada participante pode falar sobre a experiência vivida e foi pedido que, um a um, tentassem executar a partitura que fizeram, utilizando a critério os instrumentos disponíveis, além do próprio corpo. O resultado foi gravado.

A seguir foi pedido que executassem novamente (o que também foi gravado). Desta forma eles viram que podiam realmente criar e executar um método de registro musical, mesmo que não tivessem conhecimentos específicos: todos conseguiram realizar as propostas com incrível semelhança ao que se propuseram. Chegaram mesmo a realizar ações/marcações que de fato são adotadas tradicionalmente, como a linearidade, distribuição de intensidade (proximidade/distância) pela altura no desenho, e linhas de marcação de tempo – o que tornou o resultado o mais preciso dos três (diferença de apenas 1 segundo a mais que a primeira, tendo em vista que está dentro de uma certa normalidade acelerar ou mesmo desacelerar uma execução em relação a outra). Outras relações interessantes: sons agudos representados com amarelo<sup>9</sup>, ventilador como elemento de ação e representação, com ida e volta (intensidade de som realmente mantém diferença ritmada).

Como última parte do exercício, cada um deveria tocar a sua partitura em conjunto com os demais: deveriam então trabalhar em equipe, negociar tempos e instrumentos.

Por fim, encerramos com uma palavra escrita a pedidos dos participantes. Por suas manifestações, orais e escritas, pudemos perceber como os participantes sentiram ter sido enriquecedor este encontro, em sentido mesmo do proposto em nossos objetivos: perceberam potenciais criativos e pessoais que eles desconheciam.

---

<sup>9</sup> Kandinsky é um dos estudiosos que faz essa relação (KANDINSKY, 1990)



Figura 13 - Imagens das partituras desenvolvidas

	<b>Início</b>	<b>Fim</b>
<b>Participante 1</b>	“Eu estou me sentido bem e muito à vontade”	“a aula foi muito agradável. Foi muito aproveitável. AMEI”
<b>Participante 2</b>	“Cansado, mas animado de estar aqui” <i>(desenhou um gráfico de animação durante o dia, nomeando os principais eventos, até “agora!”)</i>	“AlienaSom”
<b>Participante 4</b>	“Bem. (...) Agora aliviado. Com o sentimento de dever cumprido”	“Harmonia”

Figura 14 - Tabela de sensações do quinto encontro

### **3.6 SEXTO ENCONTRO: “O coletivo completa”.**

Atividades: Mundo de Cores e Músicas (encerramento da Oficina com criações coletivas de músicas para pinturas e de pinturas para músicas).

Objetivo terapêutico: trabalhar a liberdade de escolha e potencial criativo a partir de estímulos visuais e auditivos, individual e coletivamente.

O ambiente para esta proposta foi pensado para ser completamente utilizado. Os participantes, em sua maioria, foram chegando durante a preparação, e assim foram também ajudando a revestir o chão e as paredes com papel pardo e instrumentos de pintura, desenho e música. Liberdade total, de espaço e de escolha de materiais, indo além da proposta de Barreira e Brasil (2012) que, entre suas inúmeras atividades, destacamos relacionar o timbre da cada instrumento musical a uma cor, ou mesmo andar por uma sala ouvindo uma determinada música e com variados objetos dispostos (tintas, papéis, objetos sonoros e até mesmo instrumentos musicais) para que os participantes possam expressar os sentimentos que surgem por meio da escuta musical – tudo para que fosse possível um movimento catártico para finalizar nossos encontros.

Começamos então com a escrita de como estavam em uma palavra. Não houve uma sensibilização à parte, mas ela desdobrava-se na proposta: uma música começou a tocar, todos estavam concentrados. Depois de alguns minutos começamos a atividade sem delimitar nenhuma regra, apenas começamos, Vanessa a pintar e Igor a tocar. Logo perguntaram se deveriam ou poderiam fazer o mesmo, e então o grupo começou a trabalhar.

O combinado entre os proponentes era apenas de não deixar nenhuma atividade (música ou pintura) sem ninguém, até que sentíssemos ser o final da atividade para o grupo.

Depois que se decidiu que era hora de acabar, conversamos sobre o que havia acontecido:

**Participante 4:** “viagem não estressante, um voltar a ser criança, que não ocorre pela falta de tempo.” (sic).

**Participante 8:** “não se escutar, não se dar tempo para voltar à criança, como aqui.” (sic).

**Participante 2:** “êxtase da brisa. Como criança.” (sic). (Chegou a tocar pelas cores).

**Participante 1:** “hoje deu para curtir, pois teve som, o que nos deixa mais à vontade.” (sic).

**Participante 8:** teve músicas ora mais leves, ora mais pesadas, como a vida, e esse conjunto não perde a beleza, e “se tiver mais cem encontros desse, eu venho nos cem”.

**Geral:** um foi complementando o outro mesmo sem se conhecer.

**Participante 8:** a gente só faz o que gosta quando não tem nada para fazer.

**Participante 1:** eu não quis tocar porque não ia sair nada, só quis brincar com o giz mesmo.

**Participante 2:** com a energia do coletivo, achei pela primeira vez que não estava apenas tocando gaita, mas realmente sabia tocar.

**Geral:** sincronicidade

Fica claro aqui que os participantes conseguiram ter/dar abertura para a liberdade de experimentação criativa, retomando este aspecto da criança interior, e igualmente permitindo-se atuar individualmente dentro do coletivo, respeitando-se e respeitando o outro, dando margem à percepção de movimentos sincrônicos de um grupo. Com certeza, foi um encerramento proveitoso e com uma sensação de dever cumprido e sonho realizados.

Por fim, uma palavra para o encontro:

	Início	Fim
<b>Participante 1</b>	“Estou me sentindo à vontade. Tudo, muito bem”	“Ótimo”
<b>Participante 2</b>	“Agitado, impulsivo, desorganizado”	“Simnergia” (sic)
<b>Participante 4</b>	“Rumo. Pensativo. Meio triste.”	“Infância.”
<b>Participante 8</b>	“FELIZ”	“ALEGRIA”

Figura 15 - Tabela de sensações do sexto encontro



Figura 16 - Detalhes do chão durante a execução da atividade





Figura 17 - Detalhes da parede ao final da atividade

## CONSIDERAÇÕES FINAIS

Através dos princípios junguianos, percebemos que cores e sons são elementos que nos permitem acessar diretamente o inconsciente. Assim, numa sociedade que tende a ser cada vez mais automatizada, como a nossa, em que as pessoas têm cada vez menos tempo para criar, perceber, sentir, ver e escutar efetivamente, para relacionarem-se consigo mesmas e com o mundo, é reconfortante e fundamental ter-se momentos e espaços para ações integrativas, organizadoras, criadoras, para viverem de forma mais plena e saudável.

Alguns estudos neurológicos mostram a eficácia da integração audiovisual para o tratamento e prevenção de diferentes patologias e contextos. E nós, particularmente, que separadamente, e a partir de áreas complementares, já vínhamos desenvolvendo pesquisas no sentido dessa busca, acreditamos que trabalhar os sentidos da visão e da audição de maneira interligada, pode trazer inúmeras possibilidades para o indivíduo.

Como não podemos dissociar a música e as artes plásticas, usamos secundariamente a música com todos seus componentes (ritmo, timbre, harmonia, melodia e etc), assim como as artes plásticas (forma, textura, período e etc), em auxílio para cada atividade, mas sempre com o foco e a sensibilidade para a relação entre cores e notas musicais.

Verificamos que essas oficinas proporcionaram momentos de livre expressão, auxiliando no desenvolvimento da criatividade de cada participante. Com variados estímulos (sonoros e visuais), cada integrante pôde parar para se organizar, perceber, sentir, meditar, se escutar e entender cada atividade proposta.

Constantemente os participantes foram convidados a ultrapassar barreiras, sendo que cada barreira/obstáculo vencido era uma vitória pessoal, independentemente do caminho e da maneira que cada um escolhia, pois mesmo sendo atividades em grupo, cada uma delas tinham seu lado individual, e no final de cada proposta eles podiam perceber o quanto evoluíram e analisar sua própria trajetória.

Em todos os momentos deixamos bem claro para cada participante que não deveriam se prender aos conceitos de certo ou errado, belo ou bonito ao longo das

oficinas, ou seja, cada um era livre em suas escolhas e trajetos na realização das atividades.

Alguns participantes nos relataram que no inicio do processo ou de cada atividade acharam impossível, e até mesmo “loucura”, o que fora proposto, mas no desenvolvimento, e principalmente no término, de cada oficina, puderam perceber o valor da dinâmica e se surpreender ao conseguirem realizar a proposta, deixando fluir a criatividade, a escuta, a interiorização e a verdadeira e profunda percepção da vida ao seu redor - ações que normalmente nossa educação social que não valoriza. Os participantes descobriram potenciais que, ao longo das oficinas, iam sendo percebidos e desenvolvidos, por vezes conscientemente, neste conjunto de encontros.

Assim, sem dúvida alguma, este é um começo do estudo sobre inúmeras propostas e possibilidades que trabalham especificamente a relação entre nota musical e cor, para assim podermos trabalhar a sensibilidade dentro do processo de desenvolvimento do ser humano em sua total integridade. Aqui pudemos entender um pouco mais da relação entre audição e visão, ou seja, entre a música (em especial os intervalos musicais) e as cores. Percebemos que utilizando atributos sonoros e visuais conjuntamente, aumentamos ainda mais as possibilidades de criação, ligação, comunicação e expressão do ser humano. Pela experiência vivida em cada atividade, verificamos a possibilidade e a eficácia de um dialogo audiovisual, auxiliando assim na compreensão não só a respeito das artes, mas em especial, das artes em seu potencial terapêutico, explorado pela Arteterapia, e assim, se tornando uma ferramenta, um canal de comunicação e ajuda ao individuo rumo à sua saúde e individuação.

## REFERÊNCIAS BIBLIOGRÁFICAS

ALVES, Rubem. **O Vazio. Quando eu era menino.** Campinas, SP: Papirus, 2003

AZEEMI, Samina T. Yousuf, RAZA, S. Mohsin. A Critical Analysis of Chromotherapy and Its Scientific Evolution. **Evidence-Based Complement Alternative Medicine.** New York, NY – USA, ano 2(n.4- dezembro), P. 481–488; 2005. Disponível em: <http://www.ncbi.nlm.nih.gov/pmc/articles/PMC1297510/> (National Center for Biotechnology Information e US National Library of Medicine), acessado 15/01/2013.

BARREIRA, Marcia, BRASIL, Naila. **Arteterapia e a História da Arte: Técnicas Expressivas e Terapêuticas.** Rio de Janeiro: Wak Editora, 2012.

BERNARDO, Patrícia Pinna. **A Prática da Arteterapia: Correlações entre temas e recursos.** Vol1: Temas Centrais na Arteterapia. São Paulo: Arterapinna Editorial, 2008.

BORBA, Francisco da Silva (org). **Dicionário UNESP de Português Contemporâneo.** São Paulo: Editora Unesp, 2004.

CUPERTINO, Christina. Oficina de criatividade na formação de jovens para ação comunitária. **Psicol. Am. Lat.**, México, n. 5, fev. 2006. Disponível em <[http://pepsic.bvsalud.org/scielo.php?script=sci\\_arttext&pid=S1870-350X2006000100003&lng=pt&nrm=iso](http://pepsic.bvsalud.org/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1870-350X2006000100003&lng=pt&nrm=iso)>. Acessado em 21/02/2013

COSTA, Patrícia Maria Vieira. **O Audiovisual na Arteterapia: estímulos sensoriais e colagem eletrônica.** 2011. 73 folhas. Monografia (Especialista em Arteterapia) – ISEPE. Rio de Janeiro. 2011

CASNOK, Yara Borges. **Música: entre o audível e o visível.** 2. ed. São Paulo: Editora Unesp, 2008.

COUTINHO, Vanessa. **Arteterapia com Crianças.** 2.ed. Rio de Janeiro: Wak Editora, 2007.

FREITAS, Alexandre Siqueira de. Apontamentos sobre tradução e sinestesia. **Anais XIX Congresso Associação Nacional de Pesquisa e Pós-Graduação em Música.** Curitiba, PR: Editora DeArtes UFPR, 2009. Disponível em: [http://www.anppom.com.br/anais/anaiscongresso\\_anppom\\_2009/II\\_MusicologiaHistoricaeEsteticaMusical.pdf](http://www.anppom.com.br/anais/anaiscongresso_anppom_2009/II_MusicologiaHistoricaeEsteticaMusical.pdf). Acesso em: 27/02/2013

FORSLIND, Ann. **Cores:** jogos e experiências. São Paulo: Callis, 1996.

GATTINO,Gustavo Schulz , RODRIGUES, Igor Ortega e SILVA, Alexandre Mauat da. Aportes das neurociências ao entendimento da integração audiovisual em musicoterapia. **Anais XIV Fórum Paranense de Musicoterapia**. Junho de 2012, Curitiba/PR

GOETHE, Johann Wolfgang Von. **Doutrina das Cores**. São Paulo: Nova Alexandria Editora, 1993. Tradução: Marco Gianotti

GONÇALVES, Maria Augusta Salin. *Sentir, pensar, agir – corporeidade e educação.* 12<sup>a</sup>. ed. Campinas, SP: Papirus, 1994.

HENCKES, Rita de Cássia Carvajal Martins e LEME, Ricardo de Almeida. **A cor como expressão das emoções: estudo de caso.** in FRANCISQUETTI, Ana Alice (org.). **Arte-reabilitação**. São Paulo, SP: Memnon, 2011.P.157-180

ITTEN, Johannes. **The art of color: the subjective experience and objective rationale of color**. New York : John Wiley & Sons, 2004.

KANDINSKY, Wassily. **Do espiritual na arte e na pintura em particular**. 2. ed. São Paulo: Martins Fontes, 1990. Tradução de Álvaro Cabral e Antonio de Pádua Danesi.

KOELEWIJN, T.; BRONKHORST, A.; THEEUWES, J. Attention and the multiple stages of multisensory integration: A review of audiovisual studies. **Acta Psychol (Amst)**, v. 134, n. 3, P. 372-84, Jul 2010. ISSN 1873-6297 (Electronic) 0001-6918 (Linking).

MICHAELIS.**Moderno Dicionário da Língua Portuguesa**. São Paulo, SP: Editora Melhoramentos, 2009

MOHOLY-NAGY, Lasló. **do material à arquitetura**. Barcelona: Gustavo Gili, 2005. Tradução: Pedro Sussekind.

OLIVIER, Lou de. **Psicopedagogia e Arteterapia: Teoria e prática na aplicação em clínicas e escolas**. Rio de Janeiro: Wak, 2011.

PEIXE, Sarah Petrykowski. **Interfaces entre o Sonoro e o Visual: uma investigação sobre a sinestesia**. 2010. 39 folhas. Monografia (Iniciação Científica) – Escola de Música e Belas-Artes do Paraná. Curitiba. 2010

RIGO, Vanessa. **Teorias de Pintura na Bauhaus**. 2011. 236 folhas. Monografia (Iniciação Científica) – Universidade São Judas Tadeu. São Paulo. 2011

RODRIGUES, Igor Ortega. **As Cores do Som.** 2009. 68 folhas. Monografia (Graduação em Musicoterapia) – Faculdade Paulista de Artes. São Paulo. 2009

ROOKMAKER,Hendrik Roelof. **A Arte não Precisa de Justificativa.**Viçosa,MG: Editora Ultimato. 2010. Tradução: Fernando Guarany Jr.

SUN, Howard & SUN, Dorothy. **As cores em sua Vida – A Cura Através das Cores.** São Paulo, SP: Madras Editoras. 1999. Tradução: Carlos Henrique de Araújo Cosendey

UBAAT - União Brasileira de Associações de Arteterapia - <http://www.ubaat.org/>, acessado em 15/01/2013

VICTORIO, Márcia. **Impressões Sonoras:** Música em Arteterapia. Rio de Janeiro: Wak Editora, 2008.