



## **O JOGO DE AREIA NA CLÍNICA BIOENERGÉTICA**

**Luiza Revoredo**

### **RESUMO**

Criado por Dora Kalff dentro do referencial junguiano, o Jogo de Areia é a oferta de um espaço livre e protegido, onde o paciente insere no mundo a imaginação através do corpo, com o uso da areia e de miniaturas. Ao tornar os conteúdos da psique reais e visíveis favorece a convivência com os símbolos, convida à elaboração espontânea e ativa o princípio de auto-regulação. O propósito deste artigo é fundamentar o uso deste recurso na clínica bioenergética.

**Palavras-chave:** Caixa de areia. Clínica bioenergética. Imaginação. Jogo de areia.

.....

Ser psicoterapeuta é assumir um caminho profissional e existencial que demanda uma contínua revisão de crenças, valores e posturas. O presente artigo é fruto da ousadia de transpor uma técnica utilizada no contexto junguiano para a Análise Bioenergética, uma construção realizada a partir do encontro pessoal que tive com o Jogo de Areia. Descrevo três momentos do meu percurso pessoal e profissional e a seguir defino o que é Jogo de Areia, com uma fundamentação teórica que permite o uso na clínica bioenergética.

Processo pessoal:

Primeiro momento: Em meados da década de 90 reencontrei uma amiga muito antiga, recém-chegada da Suíça, que me apresentou o Jogo de Areia, processo que havia vivenciado na sua formação no Instituto C.G Jung, em Zurique. Fiquei bastante instigada pelo que ouvi, uma familiaridade com aquela linguagem, além do prazer de partilhar lembranças que foram evocadas pela areia que ela estava utilizando em suas caixas, trazida da praia onde crescemos. Saí de lá e, apesar de saber que era um recurso para “pequenos e grandes”, convicta que a caixa de areia e aquela quantidade de miniaturas dispostas em prateleiras seriam um excelente recurso para crianças. Senti certo incômodo ao imaginar minha sala de terapia com mais todo aquele arsenal. Naquela época já estava questionando o rumo tecnicista que a Análise Bioenergética havia tomado e me percebia irônica ao dizer que tinha um



*playcenter* na minha sala: *stool*, trampolim, rolo, bola, raquete, bambus, bolinhas, toalhas..., objetos e mais objetos que visavam o desbloqueio muscular e favoreciam o fluxo energético.

Tempos depois esta amiga me ligou dizendo que havia sonhado que eu fazia uma árvore na caixa de areia.

- Será? disse-lhe eu. Vocês devem saber como é uma conversa entre duas intuitivas...

Segundo momento: No ano de 2001 iniciei um processo de supervisão com uma analista junguiana, não por acaso a pessoa que me apresentou Reich e Lowen nos bancos da PUC, em 74. Precisava de uma interlocutora para minhas inquietações frente ao rumo que experienciava nas psicoterapias corporais, pelo excesso de técnicas e o abuso produzido pela expressão da máxima: “O que importa é o corpo”. Um corpo reduzido a sinal, perdendo sua dimensão simbólica. Crescia um viés patriarcal, com certezas que pressionavam e invadiam os pacientes e os alunos em formação, tudo aquilo que era o oposto do que tinha me aproximado de Reich e Lowen, o retorno à cisão corpo-mente e uma despolitização do corpo.

No início deste processo de supervisão fui convidada a expressar na caixa de areia o que sentia e buscava. Jamais vou esquecer o que ali aconteceu, a cena que surgiu é até hoje vívida em mim. Digo cena que surgiu, e não cenário que fiz, porque me vi em casa mexendo na areia, um elemento tão meu, pois cresci numa cidade do litoral, e também porque parecia que os objetos saltavam para mim num fluxo/prazer criativo. No centro da caixa coloquei um ET bem bonitinho, vestido com roupas humanas e carregando uma malinha; à sua esquerda, um pouco mais atrás uma ciranda (roda de pessoas); à frente do ET uma grande ponte que conduzia a um senhor e uma senhora regiamente sentados em suas poltronas.

Depois que terminei o cenário a supervisora me pediu para olhar a cena e só deixar-me impressionar por ela. Chorei profundamente, senti-me aquele ET, novamente partindo para um lugar desconhecido; sabia que faria mais uma passagem, como tantas que já realizei. Senti o acalento do casal que via no meu horizonte ET, a esperança de integrar o que precisava. Mas, ver-me ET foi



muito forte, lançou-me na angustia do sentir-me diferente, angustia da não pertinência, que rendeu muitas horas na minha análise. Foi maravilhoso quando a supervisora me disse: o ET chega de outro lugar e trás um saber para partilhar. Estava feito nosso acordo, eu com minha bagagem faríamos ali um lugar!

Esta foi a primeira de muitas cenas neste processo. Utilizamos o Jogo de Areia para expressar as angústias que vivia na clínica e formação de terapeutas, para trabalhar aspectos diagnósticos e prognósticos dos meus pacientes, e questões transferenciais e contratransferenciais.

Terceiro momento: Desde 92 estava em Análise Junguiana e passei a levar os cenários que fazia no processo de supervisão para amplificar na análise. Os símbolos se desdobravam em sensações, sentimentos, lembranças, sonhos e associações. Na sala havia um canto com prateleiras repleto de miniaturas, e eu trouxe de uma viagem como presente para minha analista, uma matriusca, aquela boneca russa que tem várias iguais a si dentro de si. A boneca ficou lá na sua prateleira até que um dia, numa sessão, olhei para a boneca e poderia dizer que ela “pulou” para dentro de mim e me lançou num tempo de criança em que eu brincava no quarto da casa de uma prima, numa mesa repleta de pequenos objetos fascinantes oriundos da China, Japão e Leste Europeu. Brincava repetidas vezes de abrir a barriga da minha mãe e retirar os bebês de lá e recolocar. Minha mãe estava grávida naquele período e teve problemas de saúde, me deixando bastante aos cuidados daquela prima. Nasceram bebês; eu tirava o bebê da sua barriga; eu era o bebê que estava lá e nascia; eu crescia e ficava parecida com minha mãe e também teria meus bebês... A lembrança de uma prima quentinha e a atmosfera daquele quarto me convidaram a encontrar meu lugar no mundo. A partir deste momento acessei lugares em mim nunca antes navegados. Vocês podem imaginar minha alegria quando cheguei um dia à sala da minha analista e lá encontrei uma caixa de areia. Como diria Winnicott, encontrei o que estava lá para ser encontrado. Deitei, rolei, derreti meu gelo, desbloqueei temas da minha história, aspectos encapsulados, me entreguei e experimentei um fluxo criativo e a possibilidade de uma expressão única, espontânea. Aquietei minha mente



REVOREDO, Luiza. O jogo de areia na clínica bioenergética. In: ENCONTRO PARANAENSE, CONGRESSO BRASILEIRO DE PSICOTERAPIAS CORPORAIS, XV, X, 2010. **Anais**. Curitiba: Centro Reichiano, 2010. CD-ROM. [ISBN – 978-85-87691-18-7]. Disponível em: [www.centroreichiano.com.br/artigos](http://www.centroreichiano.com.br/artigos). Acesso em: \_\_\_\_/\_\_\_\_/\_\_\_\_.

e fiquei muito *grounded*, experimentei muita vivacidade em todo meu corpo, na minha sexualidade e nos meus vínculos. Entendi que naquele momento quando encontrei minha amiga, ainda não conseguia brincar.

Foi extremamente impactante este processo, vivi a experiência de um dispositivo clínico que me acolheu, a alegria de ser encontrada num lugar tão revelador, que me permitiu alcançar o que se define como a meta da Análise Bioenergética: consciência de si, posse de si e auto-expressão. Em momento algum ouvi, pelo fluxo de imagens que vivia, “Você é muito mental!” Esta fala, repetidas vezes ouvida nas psicoterapias corporais e nos treinamentos e a insistência em uma única forma de expressão achata o indivíduo e produz o efeito de mais cisão e bloqueio ou um Self mais adaptativo. É um anseio ético ser encontrado no seu singular.

O terapeuta ferido torna-se sensível às feridas dos seus pacientes. Um dia, mais tarde, liguei para aquela amiga e lhe disse: Estou fazendo minha árvore na caixa e levando o Jogo de Areia para minha clínica!

O Jogo de Areia:

Jogo de Areia é a tradução de *Sandspiel* (no alemão), em inglês *Sandplay*, um método psicoterapêutico não-verbal criado em 1960 por Dora Kalff (1904/1990), analista junguiana suíça, a partir da *World Technique* (Técnica do mundo), criada por Margaret Lowenfeld em 1928. Lowenfeld (1890/1973) era uma pediatra inglesa especializada no trabalho com crianças do pós-guerra com comportamentos difíceis, que incorporou as teorias de Freud e Winnicott, seus contemporâneos, e introduziu na mesma época de Melanie Klein o uso do brinquedo na relação analítica para que as crianças pudessem se expressar por si próprias. Lowenfeld viu “transferência dos mundos” de seus pacientes quando eles mostravam seus aspectos primários na caixa através da escolha das miniaturas, seus arranjos espaciais e suas histórias.

Kalff desenvolveu o Jogo de Areia como método de psicoterapia para crianças e adultos, embasada no referencial teórico junguiano, sessões realizadas sempre com o uso da caixa e no tempo das sessões de análise



tradicional. Definiu a singularidade do Jogo de Areia pela mediação entre as polaridades visíveis e invisíveis, conscientes e inconscientes e descreveu o Jogo de Areia não apenas como um método de terapia, mas um meio através do qual os conteúdos da imaginação são projetados na caixa, são feitos reais e visíveis numa representação tridimensional.

A transposição de conflitos do mundo interior para o exterior favorece a elaboração de maneira espontânea e, se o trabalho com as cenas prossegue, tem uma capacidade evolutiva. Pode-se dizer que uma vez expressos os conflitos aciona-se o princípio de auto-regulação em direção a um fluxo de energia, se forem providas no *setting* terapêutico as condições apropriadas: espaço livre e protegido e aceitação incondicional por parte do terapeuta. O espaço se define como livre porque o paciente tem a liberdade de se expressar sem regras fixas; protegido na medida em que a caixa oferece uma moldura, como diz Marion Milner, que contém o fluxo expressivo. A postura solicitada ao terapeuta é que ele não interprete (ao menos inicialmente) e que seja testemunha de uma comunicação, participe empaticamente daquele momento de criação, onde o fundamental é assimilar o sentimento e a atmosfera dos cenários. Isto em si já tem um efeito restaurador, pois para se reconhecer todo indivíduo precisa da presença de uma outra pessoa. Neste aspecto temos a grande diferença da postura clássica bioenergética, pois o terapeuta não deve intervir ativamente, por outro lado temos uma base bastante reichiana para este trabalho, que é a importância da presença real do terapeuta e o trabalho com base na ressonância.

Existem duas correntes que se diferenciam quanto ao uso do Jogo de Areia, uma que sugere o uso exclusivo como método, como Kalfff o concebeu, e outra que amplia o uso como coadjuvante terapêutico. Franco (2008) em sua tese de doutorado explora a flexibilidade do uso do Jogo de Areia, questionando a ortodoxia e assim fundamenta a possibilidade de uso como técnica com diferentes formas e em outras abordagens, o que exige um manejo específico e novo enquadramento teórico, tanto para as demandas já existentes quanto para intervenção no inédito.



O Jogo de Areia consiste de uma caixa de madeira revestida com fórmica azul claro, material impermeável, na medida de 72x50x75, preenchida até a metade com areia seca ou úmida, e de uma estante com miniaturas que representam as diversas categorias do mundo vegetal, animal, humano e fantástico, sucata e material como argila e papel. As medidas da caixa correspondem ao campo de visão de uma pessoa sentada à frente da caixa, numa altura confortável para o trabalho manual e permitem a total visualização do cenário tanto para o paciente quanto para o terapeuta.

Pode-se trabalhar com duas caixas, uma com areia seca e a outra molhada ou somente com uma caixa e oferecer água para que o paciente utilize se quiser. Weinrib (1993) refere-se à plasticidade da areia, que favorece uma imensa possibilidade de expressões. Em estado seco oferece um toque macio que pode transmitir a sensação de fluidez e instabilidade e pode ser modelada por um pequeno toque ou sopro, mas não permite o controle e fixação. Esta propriedade inerente ao material, afeta ao paciente e facilita o rompimento egóico, dando abertura ao fluxo de imagens e fantasias. Quando misturada com água, a areia pode ser modelada e adquire estabilidade, favorecendo mais a organização e a estruturação do pensamento, uma vez que pode ser controlada pela intenção consciente.

No Brasil, em função da imensidão da costa litorânea, muitos pacientes têm na areia, como eu mesma, um elemento presente na sua história. Pacientes rígidos, fazedores, capturados no tempo do mundo contemporâneo acessam via areia memórias de si com pés descalços, sem relógio, universo de pura sensorialidade. Fui testemunha e participante de um momento terapêutico belíssimo, quando uma paciente que sofria o desenraizamento de um processo de imigração, trouxe areia do seu país para misturar à areia da minha caixa. Silenciosas, a quatro mãos misturamos nossas areias e na transferência trabalhamos seu *grounding*.

Orienta-se o paciente a tocar a areia com ambas as mãos e sentir o toque na areia, a textura, a temperatura e depois que se deixe levar por suas mãos, por imagens e sensações que a areia possa lhe provocar e aí se dirigir às miniaturas, dispostas em lugar visível, deixando-se ser “chamado por elas”



para construir um cenário. Esta instrução visa à suspensão do racional e pode ser dada de infinitas maneiras, de acordo com o propósito e momento terapêutico.

Segundo Ammann (2002) a forma retangular da caixa gera uma inquietação que leva o paciente a procurar o próprio centro dentro da caixa. E, por ser um espaço neutro, convida o paciente a preenchê-lo com vida e aí se dá o fluxo de fantasias e imagens internas. Ela ainda salienta que prefere dizer que o paciente não faz o cenário, e sim que ele dá forma à imagem ou a um impulso que lhe flui do inconsciente, concretiza a corrente de fluxo na imagem que movimenta a alma naquele momento e lugar, sejam imagens harmoniosas ou seus demônios. É um convite ao indivíduo que constantemente se vê voltado para o desempenho, a permanecer aberto ao que vem de si e viver a entrega ao Self. Claro, que se pode ficar no mental e no controle, onde a resistência se faz presente, como também transferencialmente produzir para agradar ou desagradar o terapeuta.

Após a realização do cenário pede-se ao paciente que relate como se sente frente ao que expressou, só reverberar a cena, amplificando. Às vezes pede-se para que dê um nome à cena, visando configurar uma *gestalt*, amarrando a cena e assim sair do processo criativo; ou que conte uma história, o “era uma vez” já remete ao passado e revela o conteúdo simbólico do cenário.

O que o terapeuta observa? A forma, ou seja, o como (reichiano). Como o paciente se move na sala, como se relaciona com a caixa, como toca a areia, como usa suas mãos ou outras partes do corpo, como organiza o espaço, seu ritmo, respiração, seu olhar, postura, verbalizações, hesitações, o lugar que fica em relação ao terapeuta, como se aproxima das miniaturas, como as elege, enfim, todos os elementos que nós, os terapeutas corporais estamos bastante habituados a observar. Além disso, é claro, o conteúdo da caixa, os símbolos utilizados e a maneira de dispô-los. Ali estão elementos que representam as forças que nele atuam. Inicialmente a caixa ativa no terapeuta a função empatia e intuição, e mais tarde, para a elaboração do que foi expresso, ativa a função discriminadora e ordenadora.



O corpo é uma das dimensões expressivas dos símbolos e a dimensão corporal é a mais arcaica e primária para a vivência dos símbolos. Jung mostrou que a convivência com os símbolos pode ser mais importante para sua integração do que a explicação racional. A elaboração de um símbolo pode ser feita não só pela interpretação, mas também com associação livre, descrição das qualidades daquele objeto (duro, macio, frio, fofo, áspero, etc) e também amplificação. O objetivo é criar abertura para o novo, portanto é necessário muito cuidado para não cair nos reducionismos pela interpretação, o que pode significar um achatamento do ser, um aprisionamento da sua singularidade.

Todo este material da caixa- corpo é incluído no processo terapêutico, e pode-se ir da caixa ao corpo ou vice-versa; da caixa à elaboração de um sonho ou qualquer outro elemento trazido à sessão e vice-versa. Quando esta linguagem acessa a um paciente, muitas vezes temos a expressão em várias caixas, mas às vezes somente uma caixa ocorre ao longo de todo o processo, ou mesmo nenhuma.

Pede-se ao paciente que saia da sala deixando sua cena montada, de maneira que a leve consigo e ela se desdobre em associações, sensações, sonhos, novas imagens, enfim, impressão a partir da qual o novo pode aparecer. Desfazer a cena pode quebrar ali o vínculo que estabeleceu com algum aspecto seu ou com a comunicação silenciosa que conseguiu estabelecer com seu terapeuta. O terapeuta quando fica só na sua sala com aquela expressão também a registra dentro de si e é uma tarefa desfazer a caixa, implica em relacionar-se com os símbolos ali expressos. Se o paciente autorizar, registra-se a cena numa foto para em algum momento mais tardio do processo, juntos, terapeuta e paciente partilharem o processo. Evidentemente alguns pacientes querem desfazer o cenário antes de ir embora, e outros mexem no cenário antes de sair da sala, sempre material a ser significado. Temos o paciente que não quer amplificar coisa alguma naquele momento, pode ser uma expressão da resistência, mas também uma expressão do diálogo silencioso consigo mesmo, momento rico e que reitera a necessidade muitas vezes de ter um outro para poder se expressar.





A Análise Bioenergética tem como eixo o vivenciar e trabalha a expressão emocional, o Jogo de Areia também, seu grande valor reside no caráter vivencial e não racional. O Jogo de Areia tem o propósito de fazer uma comunicação e pode ser utilizado como instrumento projetivo, lúdico, diagnóstico de características defensivas e criativas operantes no processo, identificação do momento terapêutico, recurso expressivo para vivências traumáticas, comunicação dos segredos, identificação e manejo de conflitos, expressão e elaboração de aspectos sombrios, das resistências e transferências, trabalho de restauração de feridas narcísicas, lócus de meditação, em supervisões, na terapia individual, em grupo e em terapia de casais.

O Jogo de Areia é uma possibilidade que descobri primeiro como veículo para pacientes com uma rica vida imaginativa se expressarem. Percebi que num país como o nosso, com uma cultura extrovertida, a caixa favorece a introversão e também a expressão para os tipos introvertidos. Os hiperativos podem encontrar alguma contenção ali; os muito racionais podem aquietar a mente; os psicossomáticos, a chance de começar a simbolizar. Recurso para os que têm dificuldade de verbalizar e também para os verborrágicos e que não conseguem ser acessados pelo trabalho corporal. Os intuitivos se beneficiam com o aspecto concreto do processo e assim conseguem se comunicar. Os pacientes rígidos podem ter ali revelado o que não controlam. A caixa pode conter a expressão da agressividade, expressão e contato com os medos, com a tristeza e alegria. Permite centramento e também abertura para fantasiar, voar. Comunicação de um núcleo isolado; restauração de uma situação vivida; integrar um aspecto de si.

Observo pacientes que não podem deixar sua marca no mundo, mexendo com suas mãos na areia e em seguida apagando suas marcas. Os que sofreram de lucidez precoce, inundados de percepção, ali comunicarem o que viram. Outros deslizando suas mãos na areia, como que preparando um terreno para semear a vida nova que se anuncia, saindo da depressão. Às vezes só testemunho a movimentação da energia pelo escoamento da areia



REVOREDO, Luiza. O jogo de areia na clínica bioenergética. In: ENCONTRO PARANAENSE, CONGRESSO BRASILEIRO DE PSICOTERAPIAS CORPORAIS, XV, X, 2010. **Anais**. Curitiba: Centro Reichiano, 2010. CD-ROM. [ISBN – 978-85-87691-18-7]. Disponível em: [www.centroreichiano.com.br/artigos](http://www.centroreichiano.com.br/artigos). Acesso em: \_\_\_\_/\_\_\_\_/\_\_\_\_.

pelos dedos. A caixa trabalha energia bloqueada e redireciona e alguns cenários me ajudam a fazer ajustes no processo terapêutico.

Acredito que poderia continuar com e outras possibilidades que descubro a cada momento e com cada paciente, mas fica o convite para a imaginação e, quem sabe, a experiência de vocês...

Boas descobertas!

.....

## REFERÊNCIAS

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

**Palestra sobre jogo de areia**. SBPA,SP,18/04/2002

FRANCO. A. **Vivências didáticas no ensino do jogo de areia (Sandplay)**. Tese de doutorado. USP, SP, 2008.

FRANCO. A; BATISTA, P. **O mágico jogo de areia em pesquisa**. Psicologia USP, vol 4, SP, 2003. Acesso internet 15/03/2010

RAMIRES. F; CUNHA. L.; SANT'ANNA.P. **Jogo de areia: uma discussão sobre cenas únicas em processos psicoterápicos**. Boletim de Iniciação Científica em Psicologia. Mackenzie, SP, 2006. Acesso internet em a cesso em 21/01/10

RAMOS. D. **Seminário sobre jogo de areia**. SP, 06/07/2001

SAFRA. S. **A face estética do Self**. São Paulo, Idéias e Letras, 2005.

WEINRIB. E. **Imagens do Self – o processo arquetípico na caixa de areia**. São Paulo, Summus Editorial, 1993.

.....

## AUTORA

**Luiza Revoredo/SP** - Psicóloga (CRP 06/4671) formada pela PUC/SP/77, psicoterapeuta reichiana (Sedes/81) e analista bioenergética (SOBAB/IIBA/90). Local trainer do IABSP e professora do Cochicho da Águas. Trabalha em clínica com adolescentes, adultos, casais e supervisão. Membro do grupo que promove as 3 Bios.

**E-mail:** [luizarevoredouol@uol.com.br](mailto:luizarevoredouol@uol.com.br)