



SANDPLAY

# UMA CONEXÃO COM O INCONSCIENTE

Rose Campos é  
jornalista e escreve  
para esta publicação



O Jogo de Areia se utiliza do lúdico para expressar de forma não verbal **sentimentos e emoções e pode acelerar o processo terapêutico**

**A**suíça Dora Maria Kalff (1904-1990) é a criadora da técnica terapêutica conhecida como Terapia do Jogo de Areia ou, em inglês, *Sand-play*. Tal técnica, por sua vez, foi baseada no trabalho desenvolvido anteriormente pela psiquiatra inglesa Margaret Lowenfeld (1890-1973), denominado *World Technique* (Técnica do Mundo). Dora Kalff teve contato com o método quando foi estudar em Londres em 1956, no Instituto de Psiquiatria, onde trabalhava Lowenfeld. A prática já continha, então, os principais elementos utilizados na Técnica do Jogo de Areia, que são a caixa de areia e as miniaturas. Para poder criar o seu próprio método, hoje bastante disseminado em várias partes do mundo, incluindo o Brasil, Kalff agregou os conhecimentos sobre Psicologia Analítica obtidos por ela no *C. G. Jung Institute*, em Zurique – que passara a frequentar anos antes –, e em sua prática no trabalho com crianças.





RENATA WHITAKER HORSCHUTZ

**É importante o terapeuta ter uma gama variada de miniaturas, para que o cliente possa expressar com exatidão suas emoções inconscientes**

Quando surgiu, o Jogo de Areia era destinado apenas à aplicação em crianças. Somente mais tarde a técnica foi estendida também aos pacientes adultos. Como explica a psicóloga Tânia Moraes, formada nesta técnica pelo Instituto Junguiano da Bahia (IJBA), o Jogo de Areia consiste em “um método terapêutico não verbal, não racional e criativo, no qual são construídos pelos pacientes cenários ou imagens em uma caixa de madeira de tamanho específico, que contém areia. O paciente pode ou não fazer uso de água, para manipular a areia molhada, e deve ter à sua disposição um grande número de miniaturas, que representam o máximo possível o universo humano”. Nessa técnica, o paciente fica livre para expressar suas fantasias e sentimentos. “Ele pode externar e tornar concreto o seu mundo interior, permitindo uma expressão tangível dos conteúdos inconscientes”, relata Tânia. Os cenários ou imagens feitos na areia

representam figuras e paisagens dos mundos interior e exterior, que vão situar-se entre esses dois universos, interligando-os.

### A TÉCNICA SE EXPANDE

Atualmente profissionais de outras abordagens também conhecem e utilizam o Jogo de Areia, embora a maioria ainda seja de analistas junguianos. Isso tem mudado nas últimas décadas. Conforme relata a psicóloga Tânia Moraes, à Sociedade Internacional de Jogo de Areia (ISST) estão vinculados não apenas os junguianos, mas também muitos terapeutas de outras abordagens, dentre eles profissionais da teoria da Gestalt, da Educação e da Cognitiva, por exemplo, que fazem uso da técnica principalmente com crianças.

A psicóloga Aicil Franco, uma das pioneiras desta técnica no Brasil, conheceu o Jogo de Areia na década de 1980, no período em que morou na Suíça. “Eu tomei contato com o *Sandplay* por meio da própria autora, Dora Kalf, e de alguns de seus discípulos que praticavam e continuam praticando. Fiquei encantada com o método. Beneficiei-me dele inicialmente como paciente, em um momento da minha vida no qual precisei de terapia. O procedimento me foi recomendado, pois evitaríamos durante o processo qualquer problema com a língua, ainda que eu tivesse domínio da língua inglesa. Acontece que estava no meio de uma porção de pessoas que falavam alemão. Eu falava um pouquinho essa outra língua, mas não o suficiente para uma terapia”, considera Aicil. O Jogo de Areia permitiu expressar os sentimentos sem necessariamente ter de recorrer às palavras, o que constitui uma das vantagens do método.

Depois de concluir o seu processo pessoal com o Jogo de Areia, com a terapeuta suíça Ruth Ammann, Aicil ainda retornou várias ve-

SE O PACIENTE NÃO ENCONTRA A FIGURA COM A QUAL DESEJA TRABALHAR, É IMPORTANTE SINALIZAR ISTO PARA O TERAPEUTA





## Mergulhando fundo

◆ Quer saber mais sobre Jogo de Areia, se especializar ou ler artigos referentes a este tema? Então acesse o portal Sandplay, criado por Renata Whitaker Horschutz e Edna G. Levy. “Nosso objetivo é promover e divulgar a técnica do Jogo de Areia, tanto para profissionais e estudantes da área de Psicologia, quanto para o público leigo que busca psicoterapia.” O site oferece o serviço de cursos, workshops e grupos de estudo dirigidos a profissionais e estudantes da área de Psicologia. <http://www.jogodeareia.com.br>

zes à Suíça para fazer cursos de especialização e receber supervisão dos casos que atendia. Também fez cursos e recebeu supervisão de outros profissionais nos Estados Unidos. A escolha se deu porque o país é um dos grandes divulgadores do método, ao que se deve seu reconhecimento mundial com o nome de *Sandplay*, embora o nome original da técnica tenha sido dado em alemão, *Sandspiel*. “Seguindo uma orientação da própria autora, Dora Kalff, uma poliglota que falava aproximadamente dez línguas, o ideal seria nós traduzirmos o nome para o português, assim como havia acontecido em outros países, que traduziram para seus respectivos idiomas”, justifica Aicil.

## REGRAS DO JOGO

No método de psicoterapia criado por Kalff o objetivo principal é auxiliar o paciente, seja adulto ou criança, a expressar seus problemas, seus conflitos sem necessariamente ter de verbalizar sobre eles. Como isso acontece? Ele é orientado pelo terapeuta a construir na caixa de areia um cenário. A caixa deve ter as medidas padronizadas e o terapeuta deve ter uma coleção relativamente grande de miniaturas. “Essas miniaturas representam todas as facetas do mundo: pedras, plantas, animais de todas as categorias – mamíferos, aves, animais peçonhentos, insetos – humanos, sob as mais diferentes representações, figuras sagradas e mitológicas e até mesmo alguma sucata. É importante ter sucata, pois alguns dos clientes gostam de construir suas próprias miniaturas, ou desejam fazer algum tipo de representação não muito estruturada, alguma coisa mais geométrica, abstrata”, completa a psicóloga. Assim, é

A ÁGUA, QUE COSTUMA SER BASTANTE UTILIZADA PELAS CRIANÇAS, SIMBOLIZA O INCONSCIENTE, AS EMOÇÕES

aconselhável ter à mão materiais como pedaços de tecido, fitas, lã, madeira, papel, todo tipo de material criativo.

Embora as coleções tendam a ser ampliadas com o tempo, é importante o terapeuta já de início fornecer um número mínimo de exemplares bastante variados. Precisa ter, por exemplo, algumas representações de homens e de mulheres, animais mais próximos do nosso cotidiano, como cavalos, vacas, galinhas e cães,



Em adultos, a utilização dos jogos é eficiente, pois o transporta às instâncias mais profundas do inconsciente, como a infância. Desta forma, é possível analisar possíveis conflitos desta fase





mostra-se adequado, também, para o paciente muito racional ou intelectualizado. Este tipo de paciente, devido ao excesso de racionalidade, costuma não elaborar muito, isto é, apresenta, geralmente, dificuldade em lidar com aspectos mais subjetivos. A técnica pode ser utilizada, ainda, como complementação da análise verbal tradicional, juntamente com as técnicas da análise de sonhos e imaginação ativa”, Tânia propõe.

## A FUNÇÃO DAS MINIATURAS

“Símbolos falam para a alma, são figuras carregadas de energia dos potenciais inatos do ser humano, quando eles são expressos,

continuam a influenciar o desenvolvimento do homem.” A frase, de Dora Kalf, foi destacada pelas psicólogas e analistas junguianas Edna G. Levy e Renata Whitaker Horschutz, que juntas criaram um site, de livre acesso, com a finalidade de divulgar o método do Jogo de Areia, tanto o explicando para o público leigo quanto reunindo informações de interesse ao público especializado. As duas psicólogas explicam, dentre outras coisas, o porquê da escolha de trabalhar com miniaturas neste método terapêutico. “Jung via o inconsciente como um potencial criativo e como um território que contém todas as possibilidades individuais e coletivas (comuns a toda a humanidade). As imagens e os símbolos são a linguagem do inconsciente e as miniaturas são imagens simbólicas nas quais o paciente pode projetar seus conteúdos. Por conseguinte, o uso das miniaturas facilita a expressão do inconsciente. A miniatura assume a função de ‘personificar’ os conteúdos do inconsciente de forma concreta, assim é possível assimilá-los, relacionar-se e dialogar com eles”, explicam Edna e Renata. Esta possibilidade de personificação feita na sessão terapêutica também diminuiria as projeções dos conteúdos inconscientes sobre terceiros, uma vez que foi aberto um canal de acolhimento

embora talvez possa prescindir inicialmente da miniatura de uma cobra ou girafa. Se o paciente não encontra a figura com a qual deseja trabalhar, é importante sinalizar isto para o terapeuta, que poderá ajudá-lo a improvisar. Enfim, se espera que a ausência de alguma representação não o induza a produ-

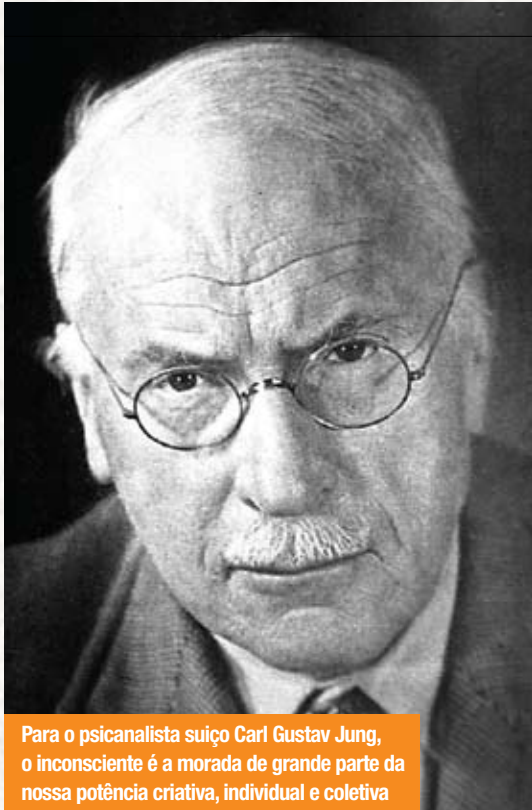
zir algo diferente do que ele imaginara inicialmente. É a observação da disposição das miniaturas escolhidas pelo paciente o que vai revelar seu estado mental naquele momento. Dora Kalf considerou, além disso, que o recurso da caixa de areia constitui um “espaço livre e protegido”, condição relevante para propiciar essa expressão.

A psicóloga Tânia Moraes acredita que a utilização do Jogo de Areia seja especialmente adequada às pessoas com conflitos relacionados à infância, pois a prática possibilita um retorno, de forma não verbal, às instâncias mais profundas da psique. “O Jogo de Areia

O tamanho da caixa tem o propósito de caber em toda a visão periférica do cliente. Assim, ele tem controle de todo o espaço. As miniaturas dão mais vida ainda à caixa, tornando-a um mundo particular







Para o psicanalista suíço Carl Gustav Jung, o inconsciente é a morada de grande parte da nossa potência criativa, individual e coletiva

ARQUIVO CIÊNCIA & VIDA

“A FUNÇÃO DA TÉCNICA NA EDUCAÇÃO É A DE OFERECER MATERIAIS VARIADOS PARA A CRIANÇA E DEIXÁ-LA LIVRE PARA CRIAR”

destes conteúdos no Jogo de Areia. Elas também revelam que a medida padrão da caixa não é uma regra adotada aleatoriamente. “A medida da caixa corresponde exatamente ao espaço que o olho consegue abarcar, dando a noção de visão de um universo, e o tamanho das miniaturas viabiliza a representação deste mundo particular.”

Tânia Moraes aponta outra possível vantagem na utilização da técnica. O Jogo de Areia tem o potencial de acelerar o processo terapêutico, porque estimula a regressão e cria uma imagem ou representação simbólica concreta do mundo interno, causando uma mudança na dinâmica interna, e tornando o conteúdo interno arquetípico simbolicamente objetivado. Ao mesmo tempo, torna consciente para o terapeuta aquilo que o paciente sabe apenas inconscientemente. Numa análise verbal tradicional, este processo poderia ser muito mais demorado. O Jogo de Areia funciona, então, como um elo entre essas duas instâncias, consciente e inconsciente, trazendo à tona aspectos inconscientes geradores de conflitos. É esta característica que tem a capacidade de “acelerar” o processo terapêutico. E com crianças, a ideia de que podem se beneficiar com esta técnica não é somente uma observação empírica, pois é possível comparar o que é visto no Jogo de

## A formação do terapeuta

A Sociedade Internacional de Terapeutas de Jogo de Areia (International Society for Sandplay Therapy) foi criada pela própria Dora Kalff e alguns de seus discípulos, pessoas de diferentes países. Essa Sociedade possui ramificações em diferentes países. Atualmente, sete deles possuem sociedades nacionais filiadas à internacional. As sociedades oferecem a possibilidade de cursos de formação, embora seja uma instituição ainda recente e, portanto, grande parte dos profissionais mais experientes nesta especialização

tenha feito sua formação de outro modo. “Precisamos ainda de pesquisas e de normas científicas que avaliem a validade do Jogo de Areia na população brasileira, que deem a esta técnica no Brasil mais fundamentação científica”, opina Aicil Franco. Tânia chama a atenção também para o fato de a especialização propriamente dita, em nível de pós-graduação, ainda não existir no País. Existem, porém, vários profissionais que fizeram especialização no exterior e que ministram essa técnica aqui. “Porém, o sucesso

do trabalho não depende apenas do entendimento cognitivo que o terapeuta tenha do sentido simbólico do cenário ou imagens, mas também da sua familiaridade com os estágios de desenvolvimento dos processos que aparecem nos cenários. Por isso, é necessário que o terapeuta possua habilidade para assimilar o que se desenvolve durante o processo, bem como um grande relacionamento pessoal com a técnica, isto é, que tenha, ele mesmo, se submetido a essa experiência”, Tânia acrescenta.



Areia com testes projetivos como o CAT (sigla em inglês para *Teste de Apercepção Temática Infantil*) e o HTP (*House, Tree, Person, em português, desenho da Casa-Árvore-Pessoa*).

“Não existe diferença entre adultos e crianças na aplicação da técnica propriamente dita”, afirma Tânia. “Mas na prática, a depender da idade, diferentemente do adulto, a criança enxerga o Jogo de Areia como uma brincadeira, como um momento lúdico, a hora do brincar. Elas também costumam se dedicar à criação dos cenários na caixa de areia de forma mais livre e despreocupada do que os adultos.”

## DIFERENCIAÇÃO ETÁRIA

Renata Horschutz, especializada no atendimento a crianças, acrescenta que elas, em geral, usam uma multiplicidade de objetos em suas caixas, podem utilizar mais de uma caixa em uma só sessão e derramar muita água na areia. “Isto ocorre porque o mundo ainda é uma novidade para elas, que precisam assimilar uma série de informações com as quais entram em contato todos os dias. Além disso, a criança, até aproximadamente os 7 anos de idade, época em que começa a entrar



SHUTTERSTOCK

## Raízes do jogo

◆ Dora Maria Kalff (1904-1990) iniciou seus estudos em Psicologia quando tinha 45 anos. Conheceu Jung em uma pequena cidade chamada Parpan. Por incentivo dele, estudou no C.G.Jung Institute, em Zurich. Kalff iniciou então sua análise com a sra. Emma Jung, trabalhando questões pessoais importantes diretamente com C.G.Jung. Sobre seu trabalho, o sandplay, >>

mais em contato com a racionalidade e com a parte cognitiva, tem o inconsciente muito aberto, por isso seu universo é repleto de imagens e fantasias que necessitam expressar-se, razão pela qual muitas vezes o uso somente de uma caixa de areia pode se mostrar insuficiente.” A água, que costuma ser bastante utilizada pelas crianças, simboliza o inconsciente, as emoções. Como a criança está imersa no mundo do inconsciente, ou muito próxima dele, faz uso abundante desta substância.

Outra diferença em relação ao adulto é que os cenários elaborados pela criança têm movimento, pois ela brinca com eles. Ao passo que os cenários feitos pelos adultos são estáticos, as miniaturas são colocadas e lá tendem a permanecer até o fim da sessão.

“Existe a possibilidade de a criança apresentar cenários e comportamentos repetitivos em muitas sessões, porém, isso não significa que não estejam ocorrendo transformações e desenvolvimento na criança”, informa Renata. Ela repete cenários e comportamentos na intenção de poder assimilá-los, transformá-los e fixar o aumento de seu repertório físico, linguístico, emocional e motor. Isso pode ocorrer também com adultos, mas não é

## Aplicação fortalecida

Assim como a Psicologia, a utilização desse método também é dinâmica e vem recebendo adaptações ao longo do tempo. A terapia do Jogo de Areia, como um método terapêutico não verbal, era realizada apenas por meio da construção de cenários na caixa de areia sem interpretações ou devoluções imediatas. Após a construção de vários cenários, e já no final do processo da

análise, as interpretações eram feitas. Hoje também se inclui essa técnica em processos psicoterapêuticos, alternando com sessões verbais, desenhos, trabalhos com sonhos e imaginação ativa. O Jogo de Areia também passou a ser utilizado em processos terapêuticos mais breves, nos quais se exige uma devolução mais imediata, como nos casos de pacientes no contexto hospitalar.



EDNA G. LEVY E RENATA WHITAKER HORSCHUTZ





comum. E, neste caso, pode ter outros significados, que precisam ser avaliados. A repetição, no adulto, pode estar relacionada, por exemplo, à dificuldade de elaboração, à defesa, à pobreza de repertório.

Em uma de suas visitas ao Brasil, em 2005, a então presidente da *International Society for Sandplay Therapy*, Ruth Ammann, falou sobre a importância da utilização deste método com crianças não apenas no contexto terapêutico, mas também no âmbito da educação, como um recurso auxiliar relevante usado em prol de sua formação. O recurso está posto, mas não deve ser acessado arbitrariamente. “É necessário apenas deixar que elas brinquem, pintem, dançam, ouçam música. Basta deixar os pequenos brincarem, porque o preparo para interpretar essas brincadeiras demanda anos”, afirmou Ruth na ocasião. Sobre a diferença no uso da caixa de areia na educação e em terapia, ela defendeu que os ganhos em ambas as situações são notáveis. Porém, a forma de trabalho e os objetivos de um e de outro são bastante diferentes. A utilização do método na escola permite à criança criar cenários que a liberem, por exemplo, de seus medos e a deixem

lidar com seus sonhos e desejos, sem a necessidade de interpretações por parte do adulto. Sua função aí é a de oferecer materiais variados para a criança e deixá-la livre para criar. Já no processo terapêutico, o profissional deve ser treinado para conseguir perceber os conflitos manifestados pela criança. “Se a criança está ali para resolver um problema, o terapeuta deve guiá-la e protegê-la nessa situação”, acredita Ruth. Em uma situação ou em outra, entretanto, a interferência do adulto deverá ser mínima.

Seja com o adulto ou com a criança, as especialistas brasileiras concordam que não há um momento específico para o Jogo de Areia ser introduzido no processo terapêutico. Isso fica muito a cargo da sensibilidade do terapeuta, que precisa perceber quando existe a necessidade de derrubar as defesas do seu cliente, propondo o Jogo. O recurso apenas deve ser evitado se o paciente apresenta um nível muito elevado de defesa, quando ainda não foi estabelecido um vínculo com o terapeuta, ou ainda, em casos de psicoses ou durante surtos psicóticos. A regra geral é quanto mais regredida no inconsciente estiver a pessoa, menos recomendável é o Jogo de Areia.

**As crianças têm maior facilidade para transformar o jogo em brincadeira. Assim, elas tendem a exteriorizar mais seus desejos e sonhos sem medo, ajudando o profissional a interpretar seus conflitos sem a necessidade de verbalização**

>> quando notou que as criações das crianças na areia correspondiam ao processo de individuação descrito por Jung, desenvolveu este método aplicando os conceitos da Psicologia Analítica aos conceitos de Margaret Lowenfeld.