

**CATEGORIA**  
Pareceres

**AUTORIA**  
Gabinete de Estudos  
Técnicos

**JULHO '16**



# Parecer sobre Arte-Terapia

## *Sugestão de Citação*

Ordem dos Psicólogos Portugueses (2016). Parecer sobre Arte-Terapia. Lisboa.

Para mais esclarecimentos contacte o Gabinete de Estudos Técnicos:  
[andresa.oliveira@ordemdospsicologos.pt](mailto:andresa.oliveira@ordemdospsicologos.pt)



[recursos.ordemdospsicologos.pt](http://recursos.ordemdospsicologos.pt)  
[www.ordemdospsicologos.pt](http://www.ordemdospsicologos.pt)

# Parecer sobre Arte-Terapia

Cabe à Ordem dos Psicólogos Portugueses, de acordo com o art.º 3º, alíneas a), b) e c) da Lei nº 57/2008, de 4 de Setembro, com a redacção dada pela Lei nº 138/2015, de 7 de Setembro, a defesa dos interesses gerais dos utentes, a representação e a defesa dos interesses gerais da profissão de Psicologia e a regulação do acesso e do exercício da mesma.

Nesse sentido, julgamos pertinente esclarecer alguns factos relativamente à **Arte-Terapia**.

A Arte Terapia é uma **forma de Psicoterapia** que usa os meios artísticos como modo de expressão e comunicação. Traduz-se na **aplicação do processo artístico e criativo**, enquadrada numa **relação terapêutica**, com o objectivo de apoiar, manter e melhorar a saúde psicológica, física, cognitiva e emocional de indivíduos de todas as idades, assim como as suas competências interpessoais, desenvolvimento pessoal, bem-estar e qualidade de vida.

Na Arte-Terapia a arte não é utilizada como um instrumento de diagnóstico, mas como um meio para trabalhar problemas e dificuldades psicológicas. Alguns Psicoterapeutas regem-se pelo princípio de que é o processo em si mesmo que provoca o efeito curativo ("**arte como terapia**"), enquanto outros se focam no material inconsciente e na exploração do significado profundo do trabalho artístico ("**arte na terapia**").

A Arte-Terapia é **praticada em diferentes contextos** (hospitais e instituições de Saúde Mental; instituições de reabilitação ou educação; prática clínica privada) e **com diferentes populações** (clientes individuais, casais, famílias, grupos; crianças, jovens, adultos e idosos). É uma forma de Psicoterapia **eficaz e custo-efectiva**, que tem sido utilizada com bons resultados, por exemplo, com pessoas que sobreviveram a situações traumáticas, pessoas com uma doença física (como o cancro, por exemplo), pessoas com autismo, demência ou depressão.

A prática da Arte-Terapia envolve não só **competências em Psicologia e Psicoterapia** (desenvolvimento humano, teorias psicológicas, técnicas de avaliação e aconselhamento psicológico), mas também **competências e conhecimentos artísticos** (desenho, pintura, escultura, dança, música...) e **sobre o processo criativo**.

Sendo do entendimento comum que a **Psicoterapia faz parte do perfil de competências profissionais dos Psicólogos** (não excluindo a prática da Psicoterapia por outros profissionais de saúde com a devida formação) e uma vez que se trata de uma forma de Psicoterapia, **a Arte-Terapia deve ser praticada por Psicólogos e Psicoterapeutas** devidamente formados e com os conhecimentos científicos e artísticos necessários.

É importante notar que **os Psicoterapeutas que usam a Arte-Terapia se distinguem de outros profissionais que possam usar abordagens artísticas** no seu trabalho. Em primeiro lugar, como já foi referido, a Arte-Terapia assenta numa relação interpessoal através da qual um Psicoterapeuta facilita, guia e responde ao processo e expressão artística do cliente, com base nas boas práticas e investigação científica existente. A Arte-Terapia é diferente de experiências de auto-expressão artística na medida em que existe um profissional e um cliente que procura realizar mudanças no seu comportamento. A relação entre um terapeuta, um cliente, o processo artístico e os produtos

artísticos é essencial na Arte-Terapia e inclui um diálogo com objectivos específicos e intervenções terapêuticas como resposta ao processo e aos produtos artísticos.

Por último, refira-se que os Psicólogos são obrigados a cumprir um **Código Deontológico** que promove um conjunto de **princípios éticos** fundamentais para qualquer forma de intervenção psicológica, assegurando a prestação de serviços de qualidade. Sendo que, de acordo com o art.º 50.º do Estatuto da Ordem, aprovado pela Lei supra citada, o exercício da profissão de Psicólogo obriga à inscrição na Ordem dos Psicólogos Portugueses. E está sujeito ao respectivo **Conselho Jurisdicional**, que zela pela protecção dos utentes combatendo as más práticas em Psicologia.