

DESENHO DE MANDALAS COMO INSTRUMENTO AVALIATIVO DE SINTOMATOLOGIA DEPRESSIVA ENTRE UNIVERSITÁRIOS BRASILEIROS

Irene Gaeta^{1 2}, Orcid: <https://orcid.org/0000-0001-8844-7138>

RESUMO. Esta pesquisa exploratória busca investigar o uso do Desenho de Mandalas como instrumento de avaliação clínica para sintomatologia depressiva (Gaeta, 2017). A amostra estudada foi composta por 67 estudantes universitários brasileiros, dos gêneros feminino e masculino, na faixa etária de 19 a 23 anos. Os participantes responderam ao Inventário de Depressão de Beck (BDI), instrumento que tem como objetivo medir a intensidade da depressão. Além disso, cada voluntário recebeu uma folha de papel canson, contendo apenas o desenho de um círculo (Mandala), de modo que foi solicitado a eles que fizessem um desenho dentro desse círculo, à mão livre e de forma não estruturada, utilizando giz de cera. Posteriormente, foi solicitado aos participantes que dessem um título ao desenho feito. Desconhecendo os índices de depressão dos participantes, gênero ou idade, 15 juízes independentes analisaram os Desenhos de Mandala, seguindo as categorias acerca das representações gráficas determinadas pelo protocolo proposto. A análise realizada permitiu constatar diferenças significativas nas expressões de participantes com e sem depressão. Os aspectos gráficos analisados permitiram observar maior concretude e rigidez em voluntários depressivos, em contraposição à maior capacidade de abstração e fluidez dos participantes sem depressão. Assim, nota-se que os grupos de participantes depressivos e não depressivos apresentavam características próprias, de modo que notá-las é fundamental para a sistematização desse instrumento. Nesse sentido, na medida em que existe uma analogia entre psique e desenho da Mandala (Jung, 2013), seu uso como instrumento diagnóstico e/ou clínico pode contribuir para avaliação da sintomatologia depressiva.

Palavras-chave: Mandala; diagnóstico; depressão.

MANDALA DRAWING AS AN EVALUATION INSTRUMENT OF DEPRESSIVE SYMPTOMATOLOGY AMONG BRAZILIAN UNIVERSITY STUDENTS

ABSTRACT. This exploratory research seeks to investigate the use of Mandalas Drawing as a clinical assessment tool for depressive symptoms (Gaeta, 2017). The studied sample consisted of 67 Brazilian university students, male and female, aged between 19 and 23 years. Participants answered the Beck Depression Inventory (BDI), an instrument that aims to measure the intensity of depression. In addition, each volunteer received a sheet of canson paper containing only a drawing of a circle (Mandala), for which they were asked to draw inside this circle, freehand and in an unstructured way, using crayon. Afterwards, the participants were asked to give a title to the drawing made. Not knowing the participants' depression indices, gender or age, 15 independent judges analyzed the Mandala Drawings,

¹ Pontifícia Universidade Católica de São Paulo (PUC-SP), São Paulo-SP, Brasil.

² E-mail: estudosjunguianos.irenegaeta@gmail.com



following the categories regarding the graphic representations determined by the proposed protocol. The analysis performed showed significant differences in the expressions of participants with and without depression. The graphic aspects analyzed allowed us to observe greater concreteness and rigidity in depressed volunteers, in contrast to the greater capacity for abstraction and fluidity of participants without depression. Thus, it is noted that the groups of depressive and non-depressed participants had their own characteristics, so that noticing them is essential for the systematization of this instrument. In this sense, as there is an analogy between the psyche and the Mandala drawing (Jung, 2013), its use as a diagnostic and/or clinical tool can contribute to the assessment of depressive symptoms.

Keywords: Mandala; diagnosis; depression.

DISEÑO DE MANDALAS COMO INSTRUMENTO DE EVALUACIÓN DE SINTOMATOLOGÍA DEPRESIVA EN ESTUDIANTES UNIVERSITARIOS BRASILEÑOS

RESUMEN. Esta investigación exploratoria busca investigar el uso del diseño de Mandalas como herramienta de evaluación clínica para síntomas depresivos (Gaeta, 2017). La muestra estudiada estuvo constituida por 67 estudiantes universitarios brasileños, hombres y mujeres, con edades comprendidas entre los 19 y los 23 años. Los participantes respondieron el Inventario de Depresión de Beck (BDI), un instrumento que tiene como objetivo medir la intensidad de la depresión. Además, cada voluntario recibió una hoja de papel canson que contenía solo un dibujo de un círculo (Mandala), por lo que se les pidió que dibujaran un dibujo dentro de este círculo, a mano alzada y de forma desestructurada, utilizando tiza. Posteriormente, se pidió a los participantes que dieran título al dibujo realizado. Sin conocer los índices de depresión, sexo o edad de los participantes, 15 jueces independientes analizaron los Dibujos de Mandala, siguiendo las categorías en cuanto a las representaciones gráficas determinadas por el protocolo propuesto. El análisis realizado mostró diferencias significativas en las expresiones de los participantes con y sin depresión. Los aspectos gráficos analizados permitieron observar una mayor concreción y rigidez en los voluntarios deprimidos, en contraste con la mayor capacidad de abstracción y fluidez de los participantes sin depresión. Así, se observa que los grupos de participantes depresivos y no deprimidos tenían características propias, por lo que advertirlos es fundamental para la sistematización de este instrumento. En este sentido, al existir una analogía entre la psique y el diseño del Mandala (Jung, 2013), su uso como herramienta diagnóstica y/o clínica puede contribuir a la evaluación de los síntomas depresivos.

Palabras clave: Mandala; diagnóstico; depresión.

Introdução

O presente estudo é uma pesquisa exploratória que analisa a eficácia do uso do Desenho de Mandalas como instrumento clínico para avaliação de sintomatologia depressiva em estudantes universitários brasileiros, cotejando com o Inventário de Depressão de Beck (BDI), de forma a buscar avanço na sistematização deste instrumento.

Gaeta (2017) investigou o Desenho de Mandala enquanto instrumento de avaliação e apontou que sua utilização ofereceu possibilidades de compreensão da realidade psíquica de indivíduos em situação de sofrimento depressivo. Nesse sentido, entendeu-se que esta técnica poderia contribuir para ampliação de conhecimentos na área de psicodiagnóstico, bem como para a busca de estratégias de intervenção adequadas no

atendimento psicoterapêutico para com a população depressiva. Assim, a presente pesquisa surgiu de forma a dar continuidade à investigação do uso do Desenho de Mandala enquanto instrumento de avaliação.

Em seu trabalho clínico, Carl Gustav Jung (1875-1961) observou o surgimento espontâneo de desenhos de mandala e passou a dedicar-se ao estudo do tema. Ele aponta que a palavra mandala – que significa ‘círculo’ – refere-se a “[...] imagens circulares que são desenhadas, pintadas, configuradas plasticamente ou dançadas” (Jung, 2014, p. 393).

No âmbito da psicologia, notou-se que as mandalas representam uma tentativa de autocura da natureza, que, segundo Jung, surgem a partir de um impulso instintivo e apresentam um esquema arquetípico fundamental, conforme descreve:

É utilizado [...] um esquema fundamental, um arquétipo, que por assim dizer ocorre em toda parte e não deve sua existência só à tradição, da mesma forma que os instintos não dependem de uma transmissão desse tipo. Eles já são dados a cada indivíduo recém-nascido e pertencem ao acervo inalienável das qualidades que caracterizam uma espécie. O que a psicologia designa por arquétipo é um certo aspecto formal frequente do instinto, e, como este, dado a priori. Consequentemente encontramos nos mandalas uma conformidade fundamental, apesar de todas as diferenças externas, independentemente de sua origem temporal e espacial (Jung, 2014, p. 394).

Jung (2014) aponta a quadratura do círculo como um tema arquetípico, cujo significado – ‘a quaternidade é uma unidade’ – permite considerá-lo um arquétipo da totalidade. Somado a esta consideração, o autor também destaca que a mandala, enquanto figura circular, apresenta um centro de onde tudo parte ou para onde tudo converge, tal qual a psique, que também apresenta um centro – o self. Diante destes aspectos, Jung propõe uma analogia entre a mandala e a psique: ele considera que a mandala expressa a totalidade do universo e da alma humana que se irradia de um centro – o âmago da psique, o espaço de Deus, o self (Jung, 2013, 2014).

O autor ainda descreve situações clínicas em que observou o surgimento espontâneo de imagens de mandalas e aponta:

Como fenômeno psicológico aparecem espontaneamente em sonhos, em certos estados conflitivos e na esquizofrenia [...] Sua ocorrência espontânea em indivíduos de hoje permite à investigação psicológica um estudo mais aprofundado de seu sentido funcional. Em geral, o mandala aparece em estados de dissociação psíquica ou de desorientação (Jung, 2014, p. 393).

Diante disso, constatou-se que a mandala viabiliza o diálogo entre ego e inconsciente a partir dos símbolos que emergem durante sua produção. Os símbolos contêm, simultaneamente, parcelas conscientes e inconscientes, de modo que é possível entendê-los como uma reunião de opostos aparentemente inconciliáveis. Nesse sentido, os símbolos configuram a melhor forma possível de integração de um conteúdo inconsciente à consciência (Jung, 2013). É possível entender as mandalas como importantes fontes para a objetivação das imagens inconscientes, conforme descrito por Jung (2014, p. 356, grifo do autor):

Estes representam, por assim dizer, retratos das transformações obscuramente sentidas no íntimo, as quais são percebidas pelo “olho interior” e tornadas visíveis com lápis e pincel, tal como se apresentam, incompreendidas e enigmáticas. As pinturas são uma espécie de ideogramas de conteúdos inconscientes [...] podemos pintar quadros complexos, cujo verdadeiro conteúdo nos é totalmente desconhecido. Enquanto pintamos, o quadro se desenvolve por si mesmo e muitas vezes até contrariando a intenção consciente.

No Brasil, a psiquiatra Nise da Silveira (1905-1999) seguiu os passos de Jung e foi pioneira no trabalho com mandalas junto a pacientes esquizofrênicos. A psiquiatra brasileira

não entendia a esquizofrenia como doença que prescindia de tratamento medicamentoso (Silveira, 2015). Em sua concepção, o paciente luta para criar uma ponte afetiva com o mundo – fato que se comprovava em seus trabalhos artísticos. Silveira aponta que é função do psiquiatra se concentrar na metalinguagem do paciente, buscando compreender o significado de seus símbolos a partir do nível não verbal.

Tal qual Silveira buscou alternativas para trabalhar junto aos pacientes esquizofrênicos, a presente pesquisa buscou investigar as contribuições da técnica do desenho de mandala enquanto instrumento diagnóstico para outro quadro clínico – a depressão. Segundo a Organização Pan-Americana de Saúde (OPAS), a depressão é um transtorno comum, causado pela combinação de fatores genéticos, biológicos, ambientais e psicológicos e é considerada a principal causa de incapacidade em todo o mundo, afetando papéis afetivos, sociais e ocupacionais do indivíduo que sofre com a doença.

A Pesquisa Nacional de Saúde do IBGE, realizada em 2019, apontou que, no Brasil, 16,3 milhões de pessoas com mais de 18 anos sofrem da doença, um aumento de 34,2%, de 2013 para 2019 (Gigliotti, 2020). O contexto da pandemia de Covid-19 indica um agravamento ainda maior dessa situação, conforme apontou o estudo de Filgueiras (Universidade do Estado do Rio de Janeiro [UERJ], 2020). A pesquisa contou com a participação de 1.460 pessoas em 23 estados e todas as regiões do país que responderam a um questionário on-line com mais de 200 perguntas, em dois momentos específicos: de 20 a 25 de março e de 15 a 20 de abril. Entre a primeira e segunda coletas, Filgueiras destaca que os números relativos à depressão saltaram de 4,2% para 8,0%. Pode-se entender que ao longo do tempo, os casos de depressão já vinham aumentando, mas, diante do cenário pandêmico, houve um aumento ainda maior (UERJ, 2020).

Estudos recentes destacam a relevância do uso da Mandala enquanto instrumento no cuidado com pacientes depressivos (Gaeta, 2017; Garros & Machado, 2019, Roquet & Sas, 2021; Valladares-Torres, 2017). Além destas, nota-se que as mandalas têm sido usadas nos trabalhos terapêuticos (Mello & Vieira, 2019) desenvolvidos com diversas populações, tais como pacientes psiquiátricos (Kim et al., 2017), desordem de hiperatividade e déficit de atenção (Michas, 2020), transtornos do espectro autista (Kim, 2018) e ansiedade (Christy, 2020; Munpansa, 2020; Valladares-Torres, 2017).

O uso do desenho de mandala como ferramenta no cuidado com a depressão torna-se interessante visto que, na medida em que permite o diálogo entre consciência e inconsciente através da aproximação organizada do símbolo (Gaeta, 2010). Entende-se que o desenho pode atuar como instrumento clínico de diagnóstico para sintomatologia depressiva, na medida em que a mandala permite a expressão de processos internos do indivíduo, conforme destaca Jung (2014, p. 395):

Mandalas individuais utilizam uma quantidade ilimitada de temas e de alusões simbólicas, que denotam facilmente serem uma tentativa de expressar, que a totalidade do indivíduo em sua mundividência interior ou exterior, quer o ponto de referência essencial do mesmo. Seu objeto é o si-mesmo em oposição ao Eu, que é apenas o ponto de referência da consciência, enquanto o si-mesmo inclui a totalidade da psique de um modo geral, ou seja, o consciente e o inconsciente.

Em uma breve revisão bibliográfica, em busca de artigos nos últimos cinco anos (2017-2022), com os termos ‘mandala + depressão’, os resultados encontrados mostram que as investigações nesse campo destacam, majoritariamente, a mandala como uma ferramenta terapêutica de trabalho, na medida em que possibilita uma organização psíquica. Esta pesquisa, nesse sentido, busca expandir o olhar acerca do uso do desenho de mandalas: além de ser instrumento terapêutico, pode atuar também como recurso aliado ao psicodiagnóstico.

A revisão bibliográfica acerca dos termos 'mandala + psicodiagnóstico' não apontou resultados específicos ao campo do diagnóstico psicológico, mas foi possível conhecer o estudo conduzido por Fonseca et al., (2021), que relacionou as mandalas com o contexto psicopedagógico. Os pesquisadores realizaram um estudo preliminar de validação do teste psicopedagógico das Mandalas Cromáticas, um instrumento lúdico de avaliação projetiva e pedagógica. Foram correlacionadas as medidas de produção topográfica do Teste das Mandalas com estilos de aprendizagem, escala de comportamento (EACI-P), medidas de inteligência (WISC-III) e com o teste das Pirâmides de Pfister. Os resultados obtidos apontaram a validade convergente-discriminante entre elementos da distribuição topográfica das cores no teste das mandalas e o QI executivo, o nível de funcionamento no EACI-P e algumas síndromes no Pfister, demonstrando, portanto, a sensibilidade comportamental, cognitiva e emocional do teste.

A presente pesquisa buscou estudar o uso do desenho de mandalas como instrumento de avaliação psicológica. Por se tratar de uma técnica de desenho, entende-se que há menor interferência do controle consciente, diferentemente do discurso oral, e, nesse sentido, a expressão do inconsciente pode emergir mais livremente (Gaeta, 2017). Assim, a linguagem não verbal do desenho de mandalas pode fornecer recursos para avaliação da sintomatologia depressiva – isto é, a livre expressão da psique num dado momento, sem controle egóico da consciência, pode permitir a percepção de nuances da tipologia singular do indivíduo.

Método

A coleta de dados ocorreu em duas fases: aplicação do Inventário de Depressão de Beck (BDI) e o Desenho de Mandala. A aplicação se deu em coletiva e a ordem foi contrabalanceada, ou seja, para metade da amostra, o BDI foi aplicado antes da realização do Desenho da Mandala e, para outra metade, o BDI foi aplicado após o Desenho da Mandala. Os participantes da pesquisa foram 67 estudantes universitários, dos gêneros feminino e masculino, na faixa etária de 19 a 23 anos. Todos os participantes assinaram o Termo de Consentimento Livre e Esclarecido, conforme exigência do Comitê Ético ao qual esta pesquisa se submeteu.

O Inventário de Depressão de Beck é um instrumento composto por 21 itens, que tem como objetivo medir a intensidade da depressão a partir dos 13 anos até a terceira idade. A aplicação do teste pode ser individual ou coletiva, de modo que esta coleta foi feita da seguinte forma. Os resultados obtidos com a aplicação do Inventário de Depressão de Beck (BDI) permitiram dividir os participantes em quatro grupos, conforme o índice de depressão: mínimo, leve, moderado e grave. Dos 28 alunos no grupo mínimo, sete deles tiveram pontuação zero – ou seja, sem traços de depressão. As mandalas da população foram divididas, portanto, seguindo a mesma classificação.

No que se refere aos Desenhos de Mandala, cada aluno recebeu uma folha de papel *canson*, contendo apenas o desenho de um círculo e foi solicitado a eles que fizessem um desenho dentro desse círculo, à mão livre e de forma não estruturada, utilizando giz de cera escolar. Posteriormente, foi solicitado que os participantes dessem um título ao desenho feito. Cabe destacar que a presente pesquisa entende por mandala os desenhos internos ao círculo realizados pelos participantes.

Diante dos objetivos deste trabalho e das dificuldades em analisar a imagem visual e simbólica de desenhos em mandalas, decidiu-se analisar e comparar as mandalas realizadas pelos grupos extremos: o grupo com índice depressivo grave e o grupo sem

depressão. Para a análise, o protocolo propôs a análise de aspectos gráficos do desenho de mandala, a partir das seguintes categorias:

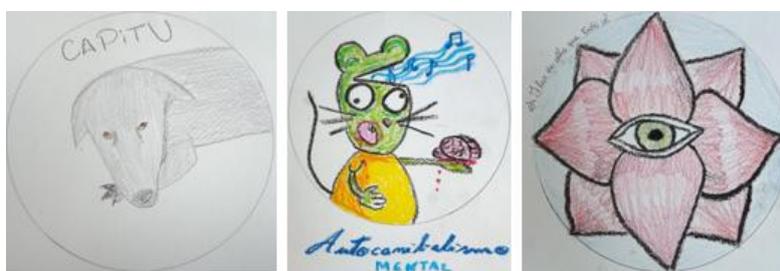
- (1) Título – anuncia-se o conteúdo do desenho de maneira clara e se está localizado dentro ou fora do círculo;
- (2) Bordas – se há extrapolações da borda e se as bordas são destacadas;
- (3) Conteúdo – se o desenho é abstrato ou figurativo e conteúdos expressos no desenho (os juízes poderiam apontar mais de uma opção dentre as seguintes: humano, religioso, natureza, abstração, formas geométricas ou outros);
- (4) Cores – qual paleta de cores predomina e quantas cores foram usadas no desenho;
- (5) Traçado gráfico – se o traçado é arredondado ou angular, se os gestos são regulares ou irregulares, se o tônus da pintura é forte ou fraco e se há relação entre as partes do desenho;
- (6) Localização no espaço – se há simetria no desenho ou não, se há espaços vazios no interior do círculo, se há maior concentração de desenhos em alguma área do círculo e se o espaço é totalmente utilizado;
- (7) Síntese global – os juízes deveriam apontar um tipo de mandala que sintetizasse o que foi representado no desenho do participante (abstrata, espiral, geométrica, natureza, religiosa ou figurativa).

Para compreender as categorias, foram oferecidas imagens, como exemplo, para cada uma delas, a fim de padronizar o entendimento dos avaliadores acerca dos itens apontados. Através da plataforma Google Forms, 15 juízes independentes avaliaram os desenhos de mandalas, desconhecendo os índices de depressão dos participantes, gênero ou idade. Essa avaliação permitiu perceber algumas diferenças entre as mandalas com e sem depressão.

Resultados e discussão

Acerca do título, foi possível perceber que os participantes cujo índice depressivo era grave tenderam a intitular suas mandalas de forma a anunciar claramente o desenho que haviam produzido, evidenciando uma relação direta e objetiva (Figura 4).

Figura 4 Mandalas de participantes depressivos



Exemplos de mandalas de participantes depressivos. Títulos: Capitu (esq.); Autocanibalismo mental (centro); A Flor do olho que tudo vê (dir.).

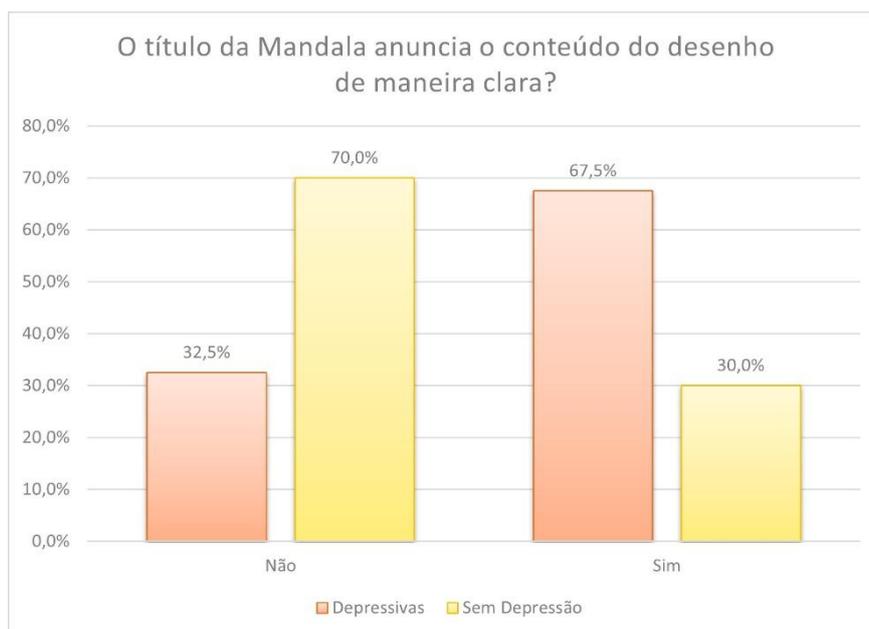
Fonte: O autor.

Em contrapartida, a maioria dos voluntários sem depressão atribuiu títulos que não anunciavam claramente seus desenhos, de maneira a estabelecer uma relação mais subjetiva (Figura 5).

Figura 5 Mandalas de participantes sem depressão

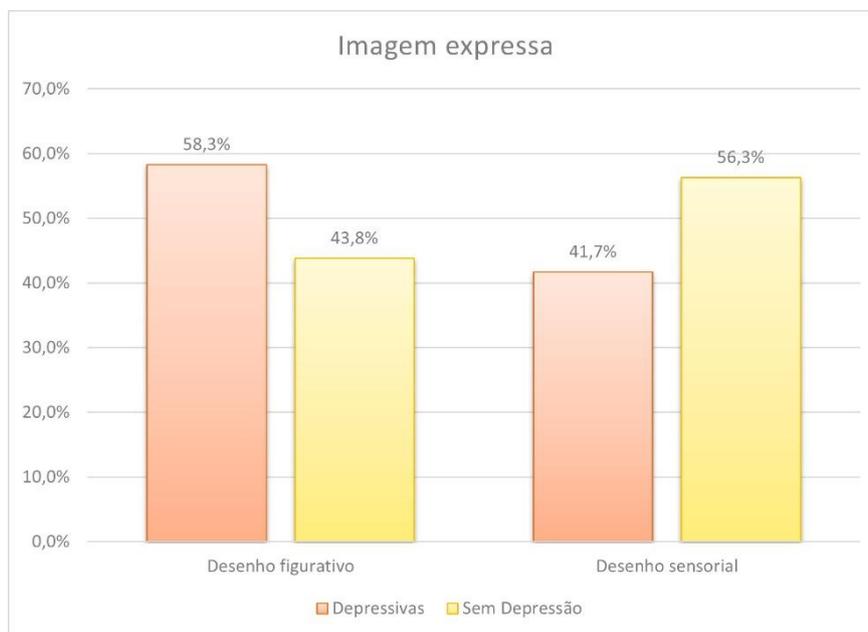
Exemplos de mandalas de participantes sem depressão. Títulos: Devaneio colorido (esq.); Pós-aula (centro); Saudação à beterraba (dir.).
Fonte: O autor.

Diante disso, torna-se possível pensar na objetividade e concretude presentes no processo depressivo, que se contrapõem à maior capacidade de abstração e subjetivação nos participantes sem depressão (Figura 1).

Figura 1 Gráfico de comparação entre títulos das mandalas

Comparação entre mandalas depressivas e não depressivas para o item O título da Mandala anuncia o conteúdo do desenho de maneira clara?
Fonte: O autor.

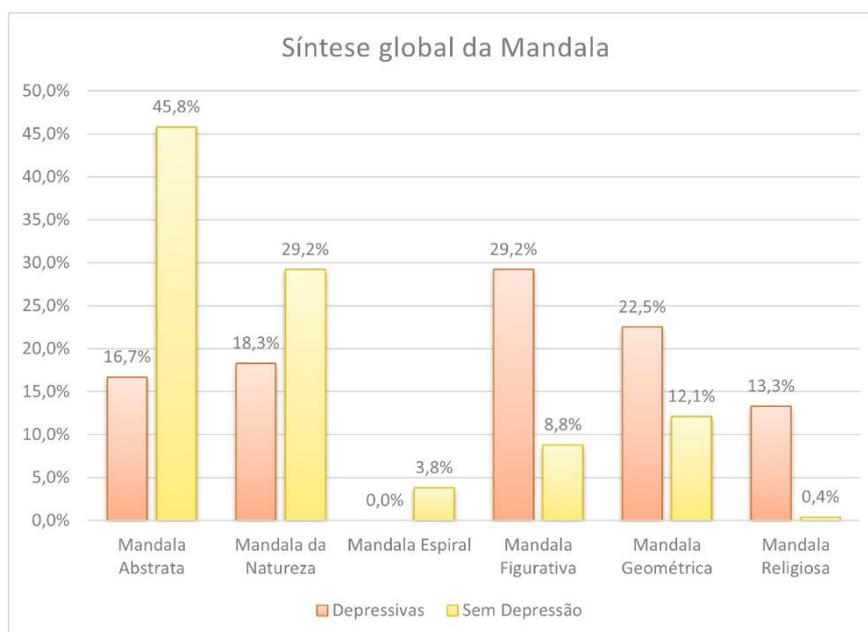
A relação entre os participantes depressivos e sem depressão acerca da imagem expressa no desenho de mandala reforça a hipótese acerca da concretude no processo depressivo. A maioria dos participantes sem depressão tendeu a fazer desenhos sensoriais, mais abstratos e subjetivos. Em oposição, a maioria dos voluntários depressivos dedicou-se a representações figurativas, com formas definidas e facilmente identificadas. Assim, é possível retomar a hipótese relativa à concretude na depressão, entendendo que o desenho figurativo é permeado pela objetividade e clareza naquilo que se quer demonstrar, de modo semelhante à relação estabelecida com o título (Figura 2).

Figura 2 Gráfico de comparação entre imagens expressas

Comparação entre mandalas depressivas e não depressivas para o item imagem expressa.
Fonte: O autor.

A análise da relação entre as partes do desenho converge com as hipóteses levantadas. A comparação entre os dois grupos permitiu constatar maior frequência de participantes depressivos produzindo mandalas cujas partes do desenho eram consonantes, de modo a criar uma relação lógica, objetiva e clara. A dissonância e a dissolução foram mais frequentes nos participantes sem depressão, levantando a hipótese de que a abstração e a subjetividade nesses voluntários permitiam essas outras possibilidades (Figura 3).

Além disso, foi interessante observar a relação com as bordas das mandalas: a maior frequência de extrapolações dos limites do círculo se deu em participantes depressivos. Ainda que não tenha ocorrido para a maioria desse grupo, é importante observar que representa uma diferença em relação ao grupo sem depressão, cuja porcentagem de extrapolação das bordas foi menor. Assim, levantou-se a hipótese de que, em participantes depressivos, essa extrapolação dos limites pode ser simbólica de um transbordamento emocional. Já com relação ao destaque dado às bordas, foi interessante notar que, enquanto nos participantes sem depressão havia um equilíbrio entre o destaque ou não das bordas da mandala, nos voluntários depressivos era mais frequente não haver esse destaque. Diante disso, pode-se levantar a hipótese de uma analogia às faltas de clareza dos contornos vividos no âmbito emocional durante o processo depressivo. Corroborando com o aspecto de extrapolação das bordas anteriormente descrito, percebe-se que os limites não são evidenciados no processo depressivo, de modo que isso se reflete na produção da mandala, tanto por haver uma extrapolação dos contornos, quanto pela ausência de destaque a esses.

Figura 3 Gráfico de comparação entre sínteses das mandalas

Comparação entre mandalas depressivas e não depressivas para o item síntese global da mandala.
Fonte: O autor.

Foi possível perceber diferenças também acerca dos repertórios dos dois grupos através da análise das cores e do traçado. É possível notar que os participantes sem depressão utilizam mais misturas de tons, em comparação com o grupo depressivo, bem como mais tipos de traçados – angular e arredondado. É possível pensar no estreitamento de repertório vivenciado ao longo do processo depressivo, que pode estar atrelado à concretude anteriormente discutida.

A precisão do gesto também ocorreu de maneira diferente para os dois grupos. Foi mais frequente observar participantes sem depressão executando gestos irregulares, enquanto, para os voluntários depressivos, foi possível observar mais gestos regulares. Acerca do movimento, pode-se perceber uma relação que corrobora a análise do gesto: os movimentos rígidos são mais frequentes em participantes depressivos, enquanto os flexíveis são mais executados pelos voluntários sem depressão. Diante disso, é possível retomar a relação proposta acerca do estreitamento de repertório no processo depressivo, visto que a concretude pode culminar em um olhar menos amplo e abrangente para as possibilidades. Isso se reflete não apenas nas cores e no traçado, mas nos gestos. Gestos regulares e movimentos rígidos convergem com a ideia de um repertório mais enxuto, de modo que a criatividade não se manifesta através da fluidez.

De maneira distinta, os participantes sem depressão apresentam mais gestos irregulares e movimentos fluidos, evidenciando maior abertura para possibilidades e repertório mais vasto. Isso se reflete na maneira que se dá a exploração espacial e é possível supor que a fluidez do gesto é análoga à fluidez do olhar nos voluntários sem depressão, uma vez que estão mais receptivos ao mundo, às ideias, criações e possibilidades.

Por fim, a síntese global das mandalas evidencia uma diferença marcante entre os dois grupos. Enquanto o grupo sem depressão tende a produzir mais Mandalas Abstratas,

os participantes depressivos representam mais Mandalas Figurativas. Essa síntese reforça a hipótese levantada acerca da concretude e objetividade do processo depressivo, em contraposição à maior capacidade de abstração e fluidez nos voluntários sem depressão.

Nota-se que, dentre as particularidades na forma de representação, destacam-se a concretude nas mandalas de participantes depressivos em oposição a uma abstração maior em mandalas de participantes sem depressão. Diante disso, propõe-se uma leitura simbólica, a fim de lançar hipóteses acerca das diferenças do processo de simbolização entre participantes com e sem depressão. A perspectiva simbólica compreende a depressão normal como função estruturante da psique, na medida em que participa do processo de estruturação do ego, conforme descrito por Byington (2007, p. 5):

A função estruturante da depressão normal estrutura o Ego com as características do Arquétipo da Vida e da Morte, centralizadas no desânimo e inerente às transformações. Assim, a depressão ou tristeza, e a alegria ou euforia, fazem parte corriqueira e habitual do processo de desenvolvimento.

No processo de depressão normal e estruturante, o Arquétipo de Vida e Morte tem a função de selecionar quais símbolos devem permanecer e quais devem ser descartados na psique. Para tanto, os dois polos devem estar criativamente articulados, a fim de estabelecer uma relação complementar adequada (Byington, 2019). Em contraposição, a depressão patológica se dá quando ocorrem fixações do Arquétipo de Vida e Morte, de modo que “[...] o que deve morrer e renascer durante a elaboração simbólica normal permanece como mortos-vivos, atormentando o Self através da compulsão de repetição, como complexos patológicos, verdadeiros fantasmas ou almas penadas da doença mental” (Byington, 2007, p. 5).

Compreende-se que, no processo de depressão patológica, ocorre uma fixação dos símbolos na psique, na medida em que a fixação do Arquétipo de Vida e Morte inviabiliza sua elaboração. Byington (2007, p. 5) aponta que, caso os símbolos fixados não sejam resgatados:

Caso este resgate não seja bem sucedido [...] instala-se a depressão patológica, caracterizada pelo desânimo improdutivo compulsivo-repetitivo, acompanhado pelo catastrofismo e pela ideação autodestrutiva. Os símbolos que não puderam morrer e se transformar, na elaboração normal, são agora ameaçados pelo Arquétipo da Vida e da Morte, fixado e defensivo.

A visão simbólica do processo depressivo possibilita traçar relações com aspectos observados nesta pesquisa, dentre os quais se destaca a concretude, característica marcante em participantes depressivos – isto é, vivenciando um processo de depressão patológica. É possível levantar a hipótese de que esta particularidade se dá em razão da fixação e da restrita elaboração simbólica inerentes ao processo depressivo patológico. Frente a esta falta de recursos, a criatividade do sujeito torna-se atrofiada, impelindo-o a modos de expressão e representações mais concretas. Em oposição, indivíduos que não se encontram em um processo depressivo patológico não vivenciam a fixação e apresentam a capacidade de elaboração simbólica preservada, de modo que seu processo criativo envolve abstrações e simbolizações.

Considerações finais

A pandemia de Covid-19, iniciada em 2020, foi marcada pelos altos índices de depressão, de modo que estudos estão sendo realizados acerca dessa condição e de sua incidência em diversos contextos tais como em profissionais da saúde (Ávila et al., 2021; Santos et al., 2021), estudantes (Castro et al., 2020; Maia & Dias, 2020). Diante das inúmeras consequências trazidas pela pandemia aos mais diversos âmbitos, cabe destacar

a depressão como uma delas. Frente a este cenário, é fundamental que haja preparação dos profissionais competentes para lidar com essa demanda tanto sob o ponto de vista psicoterapêutico, quanto sob a ótica de psicodiagnóstico.

Considerando o contexto exposto, é possível pensar que esse estudo se deu em um momento cuja demanda é alta e, portanto, mostrou sua utilidade prática. Ademais, cabe destacar que a criação e sistematização do instrumento diagnóstico proposto por essa pesquisa mostra-se relevante, na medida em que se sustenta a partir da proposta terapêutica junguiana, que preconiza a compreensão do sujeito em sua integralidade, transpondo a avaliação psiquiátrica centrada apenas em categorias nosológicas.

Diante dos resultados apresentados, foi possível entender que existe uma analogia entre psique e desenho da Mandala, conforme proposto por Jung (2013, 2014). Os grupos de pacientes depressivos e não depressivos apresentavam características próprias, de modo que notá-las torna-se fundamental para a sistematização desse instrumento. Cabe ressaltar, no entanto, que é necessário considerar também o estilo próprio de cada sujeito em sua expressão artística, de modo que o que esse estudo propõe não é generalizar as capacidades expressivas, mas levá-las em conta no processo de diagnóstico e encaminhamento para um projeto terapêutico que seja congruente com a singularidade do sujeito em questão.

Buscou-se dar continuidade às pesquisas anteriormente trabalhadas (Gaeta, 2010, 2017), de forma a avançar na sistematização do instrumento. A reformulação do protocolo permitiu a observação de novas características e aspectos relativos aos desenhos de Mandala em sujeitos que vivenciam o processo depressivo. Com isso, pôde-se conhecer novas possibilidades do instrumento proposto, de forma a ampliar os aspectos a serem observados na elaboração diagnóstica através do desenho. Esse processo busca dar de forma sensível e considerando a singularidade do sujeito, mas, ao mesmo tempo, objetivamente, pretendendo servir à função de encaminhamento correto, que intenciona a redução do sofrimento psíquico.

Jung acreditava que havia imagens passíveis de compreensão por trás de grandes emoções, de modo que pintá-las traz relaxamento e fluidez. Nesse sentido, ao atingir a camada mais profunda do inconsciente, é possível atingir também a camada curativa. A expressão pura, no entanto, não é suficiente: é necessário o olhar de alguém que reconheça e, o terapeuta atua como testemunha, como uma espécie de consciência. Essa observação tem um efeito catalizador e uma ressonância, na medida em que é a relação da observação com a psique que cria a realidade.

Assim, o uso do desenho da Mandala, como instrumento diagnóstico e/ou clínico, quando feito em série, pode demonstrar o processo de autocura do sujeito e contar sobre sua autorregulação: se está em saúde ou não. Essa pesquisa permitiu constatar aspectos marcantes na produção dos desenhos de participantes depressivos, tais como a vivência da concretude, a falta de contornos e clareza acerca de algumas emoções e um estreitamento de repertório. Ainda que este estudo tenha representado avanço significativo na sistematização do instrumento, cabe ressaltar a necessidade de novas pesquisas que realizem aplicação do instrumento em novas populações, visando seu aperfeiçoamento e objetivando compreender novos aspectos a serem observados nesta proposta de avaliação diagnóstica.

Referências

- Ávila, A., Goulart, M., Góes, F., Silva A., Duarte, F. & Oliveira, C. (2021). Sintomas de depressão em profissionais de enfermagem durante a pandemia de Covid-19. *Cogitare Enfermagem*, 26. <https://doi.org/10.5380/ce.v26i0.76442>
- Byington, C. (2007). A depressão normal e o futuro da civilização: um estudo da função estruturante da depressão pela psicologia simbólica junguiana. *Revista Junguiana*, 25, 7-17.
- Byington, C. (2019). O arquétipo da vida e da morte: um estudo da psicologia simbólica. *Revista Junguiana*, 37(1), 175-200.
- Castro, C. J., Junqueira, S. M., & Cicuto, C. A. (2020). Anxiety, depression and stress in times of pandemic: a study with high school students. *Research, Society and Development*, 9(10), e8649109349. <https://doi.org/10.33448/rsd-v9i10.9349>
- Christy, S. (2020). *Filling the empty space: lowering anxiety levels in young adults by coloring mandalas as an intervention* [Master thesis]. Notre Dame de Namur University.
- Fonseca, M. F., Muszkat, M., & Cardoso, T. S. (2021). Teste psicopedagógico das Mandalas Cromáticas: estudo preliminar de validação. *Brazilian Journal of Development*, 7(3), 23725-23742. <https://doi.org/10.34117/bjdv7n3-198>
- Gaeta, I. (2010). *Psicoterapia junguiana: novos caminhos na clínica: o uso do desenho de mandalas e calatonia*. Vetor.
- Gaeta, I. P. (2017). O uso do desenho de mandalas como instrumento de avaliação de sintomatologia depressiva entre estudantes universitários. *Revista Hermes*, 22, 41-61.
- Garros, D. S., & Machado L. S. (2019). A pintura de mandalas como meio de intervenção no tratamento terapêutico ocupacional para idosos com sintomas depressivos. *Revisbrato*, 3(2), 209-218. <https://doi.org/10.47222/2526-3544.rbto18212>
- Gigliotti, A. (2020, 24 nov.). IBGE: crescimento da depressão é realidade no Brasil. *Veja Rio*. <https://vejario.abril.com.br/blog/manual-de-sobrevivencia-no-seculo-21/ibge-crescimento-depressao-brasil/>
- Jung, C. G. (2013). *A natureza da psique* (10a ed.). Vozes.
- Jung, C. G. (2014). *Os arquétipos e o inconsciente coletivo* (11a ed.). Vozes.
- Kim, H., Kim, S., Choe, K., & Kim, J. S. (2017). Effects of mandala art therapy on subjective well-being, resilience, and hope in psychiatric inpatients. *Archives of Psychiatric Nursing*, 32(2), 167-173.
- Kim, T. H. (2018). *Usage of mandala art therapy toward social interaction skills of children with autism spectrum disorder* [Masters thesis]. University of Malaya.
- Maia, B. R., & Dias, P. C. (2020). Ansiedade, depressão e estresse em estudantes universitários: o impacto da COVID-19. *Estudos de Psicologia (Campinas)*, 37. <https://doi.org/10.1590/1982-0275202037e200067>
- Mello, A. P., & Vieira, A.G. (2019). A experiência com terapias expressivas na ótica dos profissionais. *Revista Ciência e Conhecimento*, 13(2).
- Michas, S. J. (2020). *The experience of creating mandalas by mandala artists: a qualitative generic thematic analysis* [Doctoral thesis]. Capella University.

- Munpansa, N. (2020). O efeito de colorir mandalas na ansiedade e na concentração de atenção: um estudo de caso de alunos calouros de graduação em uma universidade nacional. *The Journal of Prapokklao Hospital Clinical Medical Education Center*, 37(2).
- Roquet, C. D., & Sas, C. A. (2021). A Mindfulness-based brain-computer interface to augment mandala coloring for depression: protocol for a single-case experimental design. *JMIR Research Protocols*, 10(1), e20819. 10.2196/20819
- Santos, K., Galvão, M., Gomes, S., Souza, T., Medeiros, A., & Barbosa, I. (2021). Depressão e ansiedade em profissionais de enfermagem durante a pandemia da Covid-19. *Escola Anna Nery*, 25. <https://doi.org/10.1590/2177-9465-EAN-2020-0370>
- Silveira, N. (2015). *Imagens do inconsciente*. Vozes.
- Universidade do Estado do Rio de Janeiro [UERJ]. (2020). *Pesquisa da Uerj indica aumento de casos de depressão entre brasileiros durante a quarentena*. <https://www.uerj.br/noticia/11028/>
- Valladares-Torres, A. C. (2017). A contribuição da Arteterapia na remissão de sintomas depressivos e ansiosos nas toxicomanias. *Revista Científica Arteterapia Cores da Vida*, 24(2), 36-35.

Recebido em 16/07/2021

Aceito em 01/09/2022