



CENTRO UNIVERSITÁRIO DR. LEÃO SAMPAIO – UNILEÃO
CURSO DE GRADUAÇÃO EM PSICOLOGIA

JOSEFA LEONILA DE SOUSA

**O INSIGHT CRIATIVO COMO ARTE NO PROCESSO PSICOTERÁPICO SOB
O OLHAR DA GESTALT-TERAPIA**

Juazeiro do Norte
2021

JOSEFA LEONILA DE SOUSA

**O INSIGHT CRIATIVO COMO ARTE NO PROCESSO PSICOTERÁPICO SOB
O OLHAR DA GESTALT-TERAPIA**

Trabalho de Conclusão de Curso –
Artigo Científico, apresentado à Coordenação
do Curso de Graduação em Psicologia do
Centro Universitário Dr. Leão Sampaio, em
cumprimento às exigências para a obtenção do
grau de Bacharel em Psicologia.

Orientador: Prof. Dr. Marcus César de
Borba Belmino

Juazeiro do Norte
2021

JOSEFA LEONILA DE SOUSA

**O INSIGHT CRIATIVO COMO ARTE NO PROCESSO PSICOTERÁPICO SOB
O OLHAR DA GESTALT-TERAPIA**

Trabalho de Conclusão de Curso –
Artigo Científico, apresentado à Coordenação
do Curso de Graduação em Psicologia do
Centro Universitário Dr. Leão Sampaio, em
cumprimento às exigências para a obtenção do
grau de Bacharel em Psicologia.

Orientador: Prof. Dr. Marcus César de
Borba Belmino

Aprovado em: 02/07/2021

BANCA EXAMINADORA

Prof. Dr. Marcus César de Borba Belmino
Orientador

Prof. Me. Larissa Vasconcelos Rodrigues
Avaliadora

Prof. Me. Joel Lima Junior
Avaliador

**O INSIGHT CRIATIVO COMO ARTE NO PROCESSO PSICOTERÁPICO SOB O
OLHAR DA GESTALT-TERAPIA**

RESUMO

A criatividade é inerente ao ser. O insight criativo será o cerne da criatividade? o que nos torna criativos? À luz da Gestalt-terapia este trabalho tem o objetivo básico de pesquisar a criatividade, seus conceitos, processo histórico, aplicabilidade e identificar suas contribuições no processo contemporâneo. Após a apreensão de uma abordagem mínima nesse campo o objetivo principal passa a ser: explorar e aprofundar estudos em criatividade/arte como matéria prima capazes de promover insights criativos no campo da psicoterapia. A pesquisa bibliográfica serviu de procedimento técnico, mostrando que entre Gestalt-terapia, arte e criatividade há um intrincamento teórico-histórico-filosófico que permeou e exige contemporaneamente profissionais capazes de compreender que o real sentido do insight está na curiosidade de buscar, aprofundar (auto) conhecimento, em manter a excitação, o movimento, a atualização, o contato. A adequação de suas capacidades ao meio em que vive.

Palavras-chave: Arte. Criatividade. Gestalt-Terapia. Insight. Psicoterapia.

ABSTRACT

Creativity is inherent in being. Will creative insight be at the heart of creativity? what makes us creative? In the light of Gestalt-therapy, this work has the basic objective of researching creativity, its concepts, historical process, applicability and identifying its contributions in the contemporary process. After the apprehension of a minimal approach in this field, the main objective becomes: to explore and deepen studies in creativity/art as a raw material capable of promoting creative insights in the field of psychotherapy. The bibliographical research served as a technical procedure, showing that between Gestalt-therapy, art and creativity there is a theoretical-historical-philosophical intricacy that permeated and simultaneously demands professionals capable of understanding that the real sense of insight lies in the curiosity to seek, deepen (self) knowledge, in maintaining excitement, movement, updating, contact. The adequacy of their capabilities to the environment in which they live.

Keywords: Art. Creativity. Gestalt Therapy. Insight. Psychotherapy.

¹Discente do curso de psicologia da UNILEÃO. E-mail: leonilasousa.ls@gmail.com

²Docente do curso de psicologia da UNILEÃO. E-mail: marcuscezar@leaosampaio.edu.br

1 INTRODUÇÃO

A relação criatividade-arte encontra-se no próprio ser humano. O insight criativo é o objeto desse estudo sob a égide da Gestalt- terapia. Considerando que no campo da psicoterapia gestáltica a relação que se estabelece entre cliente e terapeuta é um dos aspectos mais importantes do processo psicoterápico a criatividade e a arte tomam forma contemporânea e exigem movimento, libertação e vida sem esquecer a ética. Reis (2014), vem dizer que essa é uma abordagem na qual a vivência artística tem como objetivo ampliar a percepção do sujeito sobre si, dando-lhe a capacidade de refazer-se, transformar sua existência, expandir suas possibilidades, estabelecer limites e de escolher entre quais deseja permanecer.

Essas possibilidades vivenciadas no cerne da abordagem gestáltica também mergulha profundamente nas pressões, violências e condicionamentos impostos, e sim, entende e respeita as possibilidades de escolha e de procurar soluções criativas no campo (AYALA et al., 2014).

Um problema “simples” nos levou a indagar: o que nos torna criativos? A partir dessa inquietação traçamos dois objetivos básicos; pesquisar a criatividade, conceito, processo histórico, aplicabilidade e identificar suas contribuições no processo contemporâneo. Após agregarmos um pouco de conhecimento nesses campos o objetivo principal desse estudo está delineado: Explorar e aprofundar estudos em criatividade/arte como matéria prima capazes de promover insights criativos no campo da psicoterapia.

A função terapêutica na aquisição de *insights* na Gestalt que está ligada ao fazer artístico diz respeito ao como percebemos o mundo e a nós mesmas. Trata-se de um processo de *awareness*, que é a completude, uma integração harmoniosa onde é possível encontrar respostas do que pouco ou nada se sabia. É um se dar conta. São através desses *insights* que ocorre a integração do passado no presente, do desejo e realidade como um projeto de futuro (RYNE, 2000; RIBERO, 2006; REIS, 2014).

O Papel do terapeuta nesse processo de insight criativo como arte, é o papel de artista. Ele, o terapeuta, é “uma pessoa que usa a inventividade para ajudar os outros a moldar suas vidas...” (ZINKER, 2007, p.17). Rollo May ao se referir ao assunto compara isso à “...natureza ressonante de dois instrumentos musicais. Se você puxar uma corda de um violino, a corda correspondente de um outro violino na sala ressoará com seu próprio movimento correspondente.” (HYCNER, 1995, p. 119).

O próprio Hycner ao se referir a relação terapêutica ressalta as exigências que lhes são requeridas para atender a “vasta extensão das experiências humanas” tais como “abertura, flexibilidade substancial e um talento artístico de mestre” (HYCNER, 1995, p. 122 – 123).

A Gestalt- terapia como abordagem humanista ver o homem de modo integral. A criatividade é promotora da arte, é singular e plural num só instante, rompe barreiras verbais, extrapola limites, é ato de afirmação, é imbricação homem-ser-natureza, é essência.

A criatividade proporciona o relacionamento dialógico, pois da parte do terapeuta há um trabalho de busca direta na produção do cliente ou de ambos, e uma ampla possibilidade de aceitação do cliente em sua plenitude humana, sem preconceções ou manipulações.

A arte permite ser exuberante, contente, traz belas possibilidades de se brincar com a vida; por isso a necessidade de ver a arte, filha primogênita da criatividade, como aliada no processo psicoterápico, rompendo barreiras, criando vínculos, indo de encontro às possibilidades, servindo de luz nesse processo onde seres humanos se tornam presentes um para o outro no sentido de trazer saúde mental e qualidade de vida (ZINHER, 2016).

Entender o insight criativo como arte no processo psicoterápico por si só, já traz um prazer pessoal inestimável, pela beleza do apreendido, a grandiosidade da expressividade humana entre tantas outras sensações inexplicáveis. Entender seu processamento e inseri-la no processo terapêutico, fazendo com que ele venha contribuir com o processo de cuidados e tratamento do adoecimento mental é nada menos que um aperfeiçoamento constante na realização de uma prática que não cessa em aprender. É possivelmente contribuir em duas frentes com a terapia e com a saúde mental (JOYCE, 2016).

Explorar e aprofundar experiências já vividas, com novas possibilidades, novas perspectivas, novos olhares, novas luzes, novos ângulos de visão, em um processo de criatividade mobilizador de energias, produtor de libertação responsável, ético. Onde o conhecimento teórico e prático abraça a inclusão e perpassa todas as áreas da experiência – pensamento, emoção, imagens, percepção. Possibilitando a abordagem fenomenológica onde o que importa é a descoberta, o fenômeno, a condição de “ouvir o que não está sendo falado e “ver” o que não é visível.” (HYCNER, 2016, p. 72,).

2 METODOLOGIA

A pesquisa exploratória propicia maior familiaridade entre o tema pesquisado, e a interpretação dos fenômenos observados, pois embora haja vasta gama de material produzido também há muita restrição em sua utilização. Isso, levando-se em conta o campo de atuação ao qual a pesquisa se refere e a exigência de critérios éticos - psicologia – que em nenhuma hipótese, podem ser ignorados.

De base bibliográfica, buscou recuperar o conhecimento científico já acumulado sobre o assunto pesquisado e ainda as possibilidades de novas práticas não tão conhecidas ou não suficientemente cristalizadas, na expectativa de novas conclusões. Essas buscas foram efetivadas através de material já publicado feita em bases de dados online como Scielo (Scientific Electronic Library Online), O portal de periódicos eletrônicos de psicologia (pePSIC) e o BVS (Biblioteca Virtual em Saúde) psicologia no brasil, tendo como descritores *criatividade, Gestalt-terapia, arte, psicoterapia e insight*. Como também em livros, blogs, revistas eletrônicas e vídeos.

A coleta do material teve início a partir de agosto de 2020, vinte até junho de 2021, tendo como critério de escolha a temática relativa ao campo da pesquisa, ou seja, conhecimentos acerca da criatividade, os conceitos, o processo histórico e sua aplicabilidade, identificando suas contribuições no processo contemporâneo, isso como base para explorar e aprofundar estudos em criatividade/arte como matéria prima capazes de promover insights criativos no campo da psicoterapia.

De abordagem qualitativa, apresenta uma descrição interpretativa dos fenômenos produzidos pela criatividade no processo psicoterápico sendo a ela atribuída a significação encontrada no conjunto de proposições dada pelos autores pesquisados.

A natureza da pesquisa exigiu ampliação do campo de leitura a partir das bases pré-estabelecidas, pois só assim os objetivos propostos, puderam ser norteando para a aplicabilidade da “criatividade/arte” no processo psicoterápico. Essa possibilidade também propôs a finalidade da pesquisa em sua aplicabilidade, pois tais conhecimentos podem ser apreendidos e praticados.

3 A CRIATIVIDADE ATRAVÉS DO TEMPO

A criatividade é um atributo dos deuses? Do indivíduo superdotado? É um acesso de loucura? Uma inspiração espiritual ou uma atribuição inata?

O fato é que a criatividade é algo desejado tanto por razões pessoais, sociais, quanto econômicas. Villalba (2008), tenta construir uma compreensão preliminar das pesquisas sobre criatividade, embora a reconheça como uma entidade complexa de difícil definição. No entanto, admite haver um certo consenso sobre algumas das características da criatividade que estão relacionadas ao surgimento de algo novo de teor valorativo, e que, de certo modo todos podem ser criativos.

A história da criatividade foi atribuída por muito tempo ao misticismo. Lubart (2007), ao estudar textos gregos e judaico-cristãos antigos resgata esse fato através de Platão (428/427 a. C. – 348/347 a. C.), o filósofo grego, que atribuía ao poeta extraordinária atenção dos deuses, pois a estes, exclusivamente, enviavam-lhes as musas para lhes inspirarem o desejo, e somente assim, os escolhidos dos deuses exprimiriam as ideias preconcebidas.

Para Aristóteles (384 a.C.—322 a.C.) a criatividade tem suas origens no interior do indivíduo, junto a suas associações mentais, onde também se abriga a loucura. Não a loucura insana, mas a que inspira; própria dos indivíduos que se sobressaem ao comum e se relacionam a uma personalidade melancólica e temperamento exaltado, possuidores de personalidade artística. O filósofo entendia que a melancolia podia ser física ou espiritual, sendo essas tendências naturais das pessoas sábias (LUBART, 2007; LOUSA; LOPES, 2011).

Na Idade Média houve um grande declínio do estudo da criatividade, como também de estudo de todo o campo do pensamento. Nesse período se um indivíduo, em especial, do sexo masculino, apresentasse algum talento ou habilidade especial incomum, estaria acometido pela manifestação de um espírito de fora e que este indivíduo serviria apenas como uma espécie de conduto para tal espírito. (FREIRE, 2016)

Por volta do século XVI, no Renascimento sociocultural e científico, uma noção de criatividade equacionada com uma forma de loucura, algo do campo do imensurável, incapaz de ser controlado e que distinguia o homem dos demais mortais, sepultou de uma vez por todas tanto a visão medieval de criatividade quanto a da antiga Grécia. (LUBART, 2007; FREIRE, 2016)

Durante quase todo esse período os artistas eram considerados seres irracionais, espontâneos. Particularmente rompiam com as formas tradicionais de pensar e agir, quebravam regras socialmente estabelecidas. Tais atos levavam-os a serem assemelhados a loucos. “Em casos extremos, estes chegaram até mesmo a ser enclausurados e distanciados do resto da sociedade e não raras vezes isolados em hospícios” (FREIRE, 2016, p.18).

A capacidade criativa dos artistas renomados como Michelângelo (1475-1564) e Leonardo da Vinci (1452-1519), só foi concebida como sendo um gênio intuitivo no final do Renascimento. A partir de então muitos pensadores associaram a criatividade à genialidade e passaram a defender leis próprias, tornando-a, portanto, pessoal e intransferível. (FREIRE, 2016)

O século XIX trouxe grandes transformações nas formas de observar o ato criativo. Charles Darwin (1809–1882), e sua abordagem dos processos subjacentes ao sistema de seleção natural, permitiu um novo olhar sobre características básicas da criatividade, em especial para o

processo de adaptação. Francis Galton (1822–1911), afirmava em sua teoria que o caráter criativo ou genialidade se dava por transmissão genética, portanto, não podendo ser adquirido ou desenvolvido. Ele imprimiu à pesquisa a utilização de uma metodologia empírica tornando-a científica, o que tirou de uma vez por todas a ideia de misticismo associada à criatividade. William James (1842–1910), um dos primeiros a questionar esta visão da transmissão genética e também um dos fundadores da psicologia moderna. Para ele o ambiente teria maior influência na determinação de uma habilidade do que a própria genética. Argumento este que se tornou determinante para estudos subsequentes. (LUBART, 2007; FREIRE, 2016)

Sigmund Freud (1859-1939), em sua teoria psicanalítica, também concebeu a criatividade como sendo originada no próprio indivíduo, de modo semelhante a Aristóteles. Segundo o psicanalista o artista sublima suas pulsões através da arte e essa capacidade de sublimação lhe é dada pela natureza. Em *O Interesse Científico da Psicanálise*, de 1913, p. 130: “...O objetivo primário do artista é libertar-se e, através da comunicação de sua obra a outras pessoas que sofram dos mesmos desejos reprimidos, oferecer-lhes a mesma libertação...” Para o psicanalista a obra de arte é uma representação das fantasias do artista. Este expõe seus desejos como realizados, e sua obra precisa passar por uma transformação que atenua o que nela tem de ofensivo, que suprima sua origem pessoal e a partir de então, obedeça às leis da beleza para poder seduzir as outras pessoas com uma gratificação poderosa (parafreando Freud, 1913, p. 130).

Jung, (1875-1961), “considerava a criatividade artística uma função psíquica natural e estruturante, cuja capacidade de cura estava em dar forma, em transformar conteúdos inconscientes em imagens simbólicas”. Jung sugeria aos seus pacientes desenhos e pinturas livres. Poderia ser idealizações, sonhos, sentimentos, conflitos, ele os analisava como uma simbolização do inconsciente que poderia ser individual ou coletivo (SILVEIRA, 2001, apud REIS, 2014, p. 4)

Apesar dessa compreensão Freud e Jung foram, nos anos 20-30, a base para o desenvolvimento da arteterapia como campo de atuação. Um exemplo do início da atuação de Freud foi a análise da obra *Moisés* – de Michelangelo – na qual o psicanalista observou manifestações inconscientes do artista. Na perspectiva freudiana tais imagens eram uma via de acesso ao inconsciente tal qual como as imagens originadas nos sonhos. Na arte elas escapariam da censura, o que não ocorre na comunicação verbal. Freud considerava a arte uma forma de sublimação das pulsões. Na teoria não há registro de que ele tenha usado a arte no processo psicoterápico (CARVALHO; ANDRADE, 1995 apud REIS 2014).

Abraham Maslow (1908-1970), foi o primeiro que desenvolveu uma teoria humanista na psicologia, o enfoque dado por ele foi na autorrealização através de uma hierarquia de

necessidades. Para ele era fundamental a existência de um ambiente propício à liberdade de escolha e de ação que ao reconhecer o potencial criativo de todos os indivíduos investissem neles. Carl Rogers (1902-1987), desenvolveu a abordagem psicoterapêutica centrada na pessoa. Ambos, Maslow e Rogers inovaram ao descrever condições que vieram facilitar a expressão da criatividade, a partir de então concebida como resultado de uma interação mutuamente benéfica entre a pessoa e o ambiente. Além disso, seus estudos se destacaram a acerca da saúde mental como fonte dos impulsos criativos (ALENCAR et al., 2010; GARCEZ, 2014; RUNCO; ALBERT, 2010 *apud* FREIRE, 2016)

O uso da arte como instrumento terapêutico foi impulsionado a partir das duas vertentes anteriores por Margareth Naumburg (1890-1983). “Considerada a mãe da arteterapia, pois foi quem primeiro a diferenciou como campo específico, estabelecendo os fundamentos teóricos sólidos para o seu desenvolvimento.” Segundo Ciornai (2004), ela transitava por referenciais freudianos e junguianos mais se referindo à compreensão do inconsciente e da função simbólica numa aproximação mais junguiana. (CIORNAI, 2004)

No Brasil a porta de entrada da arteterapia deu-se através do entrelaçamento da psiquiatria e as vertentes psicanalítica e junguiana. Seus representantes são Osório Cesar (1895-1979) e Nise da Silveira (1905-1999), ambos psiquiatras tiveram seu trabalho com arte voltados para pacientes em instituições de saúde mental. Suas contribuições ofereceram uma outra abordagem de enfrentamento aos métodos agressivos de contenção vigentes na época - eletrochoque, isolamento, lobotomia – abrindo a possibilidade da expressão da loucura através da arte ou até da possibilidade de uma eventual cura (REIS, 2014).

Na década de 50, houve um grande aumento nas investigações científicas sobre a criatividade. Em 1958 foi publicado I Compêndio de Investigação sobre Imaginação Criativa, dando margem para o surgimento de centros específicos de investigação da criatividade além dos que já existiam até essa época. Tudo isso fez com que o conceito de criatividade crescesse por ele próprio (MORAIS, 2001; FREIRE, 2016).

Após as décadas de 60 e 70 a pesquisa sobre criatividade se baseava no estudo das variáveis ambientais, da influência dos fatores sociais, culturais e históricos no desenvolvimento da criatividade, pois nesse período o fluxo de investigação sobre criatividade sofreu uma queda, a probabilidade desse decréscimo pode ser inferida pela característica política desse período pelo enfraquecimento dos movimentos libertadores e críticos (ALENCAR; FLEITH, 2003).

4 O PROCESSO PSICOTERÁPICO EM GESTAL-TERAPIA

Hycner (1995), ao falar da relação terapêutica e mais especificadamente do cliente, diz que “cada pessoa é como um poema esperando para ser escrito... esse poema esteve escondido por anos de experiências torturantes e infelizes ... A poesia genuína não pode ser enquadrada em uma métrica que não lhe seja própria” (HYCNER, 1995, p. 119.).

Quanto ao psicoterapeuta “deve ecoar o ritmo e a rima muito especiais dessa forma de arte nascente. ... abertura amorosa para que o belo emergja ... verdadeira, pois a beleza do outro não pode ocorrer se o terapeuta mantém concepções significativamente divergentes de quem o cliente é ou deveria ser (HYCNER 1995, p.119).

A Gestalt-terapia tem confiança na capacidade criativa do ser humano. Nesse processo o *ethos*, “morada humana” fundamental para o seu acontecer, recebe status privilegiado. É através do *ethos* que as necessidades humanas básicas se revelam para serem completadas, para que nos tornemos humanos. É também por meio do *ethos* humano que nós psicoterapeutas podemos compreender nosso cliente, sua subjetividade, seu sofrimento, suas formas, como também seus recursos e adoecimento. Nele também temos uma concepção do funcionamento saudável de cuidado e de terapêutica (CARDELLA, 2006).

O agir do terapeuta é comparado a ação de um artista. O terapeuta como o artista, age a partir de seus próprios sentimentos, usando seu próprio estado psicológico como um instrumento da terapia. No entanto, o foco terapêutico precisa se deslocar para a relação terapêutica onde o processo se volta para que o cliente perceba sua responsabilidade sobre suas escolhas, alcançando no seu próprio tempo e possibilidades, uma atitude mais autônoma e autossustentada (POLSTER, 2001; FREITAS, 2016).

“A humildade do terapeuta é lugar ético na clínica.” Reconhecer que é um ser em processo, se inquietar, buscar sentido, se perguntar, se dispor a vivenciar o que propõe ao outro e se reconhecer um ser real, é um trabalho árduo, intenso e constante para que possamos assumir o compromisso com o próprio crescimento. É necessário reconhecer que só se leva o cliente até onde chegamos; “não há como favorecer o resgate do processo de crescimento do outro se somos reféns dos nossos próprios bloqueios e impedimentos.” Só podemos ajudar alguém quando aprendemos, num nível básico, a ajudarmos a nós mesmos (CARDELLA, 2014, p. 95, BARREIRA, 2017).

Na psicoterapia, uma das funções do terapeuta é organizar o diálogo, confirmando a existência do outro, sem ter nenhuma certeza pressuposta, apreendendo-o como um ser único. O trabalho de ampliação da consciência do cliente objetiva fazer com que ele conheça seu

próprio funcionamento, seus bloqueios e suas tentativas de encontrar o equilíbrio (FREITAS, 2016).

Na Gestalt-terapia todo esse processo psicoterápico que vem sendo delineado denomina-se relação dialógica. A fronteira de contato é onde a experiência do EU e TU acontece. Essa experiência, também chamada diálogo genuíno, ocorre a partir do encontro entre Eu e Tu, (terapeuta – cliente), promovendo uma identificação. “A atitude Eu-Tu é um ato essencial do homem, urna atitude de encontro entre dois parceiros na reciprocidade e na confirmação mútua.” A relação terapêutica se insere nas psicoterapias de base fenomenológico-existencial e é considerada uma terapia de contato. Atenta ao revelar-se contínuo do ser, ao outro não lhe é imposto significados, trabalhando basicamente na esfera do “entre”, isto é, é no “como” a relação se estabelece e vai se construindo. É neste espaço do “entre” que o ser de cada um germina e se transforma. Nessa relação a função do terapeuta é buscar restaurar o contato e nessa relação dialógica uma das pessoas se deixa impactar e responder à totalidade da outra, passando ambas a se interessar pelo que acontece entre elas (YONTEF,1993; FREITAS, 2016, p.12,).

Segundo Cardella (2016), a psicoterapia na abordagem gestáltica tem o objetivo de “restaurar a qualidade do contato da pessoa com sua experiência, seja ela qual for”. Trabalhar com base nesse objetivo trará abertura para a vida em sua plenitude, dando sentido a essa trajetória vivida, despertando para a superação da dor e a descoberta de que viver é experiência e transformação (CARDELLA, 2006, p.8,).

O contato do terapeuta com o cliente se dá em nível consciente, com a finalidade de se obter insight e admissão aos processos irracionais em seu ‘inconsciente, procurando aquelas “coisas perdidas e esquecidas” que estão enterradas “na” psique, devido a feridas do passado. Essas coisas só se revelam através de uma relação de confiança (HYCNER, 1995, p. 73).

Na perspectiva global da Gestalt-terapia, a terapia visa à manutenção e ao desenvolvimento do bem-estar harmonioso e não da cura da reparação de qualquer distúrbio – “que subentenderia uma referência implícita a um estado de ‘normalidade’, posição oposta ao próprio espírito da Gestalt, que valoriza o direito à diferença, a originalidade irreduzível de cada ser”. Isso porque o trabalho clínico se volte para uma ampliação da consciência, sobre o próprio funcionamento do indivíduo, de como ele age ou se bloqueia na tentativa de alcançar seu próprio equilíbrio (GINGER;GINGER, 1995, apud FREITAS, 2016, p.3,).

Lima (2016), elenca dentre outras, as seguintes funções da psicoterapia:

Ajudar o indivíduo a perceber como ele interrompe seu fluxo auto regulativo.

Fornecer subsídios para que o cliente busque modos criativos de agir (respostas inovadoras para as diversas situações na vida). Permitir que o cliente “ensaie” na relação com o terapeuta modos “criativos” de responder às demandas da vida. Ser um “celeiro de criatividade” e, para isto, o psicoterapeuta precisa também ser criativo na sua própria vida. Ser um espaço de resgate do senso estético do cliente. Ser um espaço onde o cliente possa “fazer arte”. Ser um espaço de exercício do potencial criativo (LIMA, 2016, p. 91-92.).

Todo esse “movimento acontece num vir a ser que nunca se completa, num movimento contínuo, alimentado pelas potencialidades em constante atualização, sempre em aberto, mutante, diferente a cada dia, revelador e novo” (FREITAS, 2016, p. 14). Já para Cardella, 2006, p. 4), “o terapeuta ajuda a pessoa a tornar o sofrimento passagem, travessia, um saber sobre a vida e um norte para a existência.” Passagem, travessia para ambos, desde quando resolveram enfrentar os riscos dos encontros e dos desencontros, quando decidiram ser acolhimento, morada, por causa dos desafios e a despeita deles se tornaram “*encontro*”, pois “Ninguém é especialista em experiência humana dada sua natureza inédita, singular, surpreendente e em constante transformação.” (CARDELLA, 2006, p. 5)

A experiência que se constrói nesse processo proporciona episódios de desenvolvimento e autonomia uma vez que traz autoconhecimento e integração de aspectos não aceitos e, portanto, a mudança, fazendo com que a pessoa se torne o que ela é. O que na Gestalt-terapia se chama teoria paradoxal da mudança. Tornar-se o que se é e não o que “deveria” é uma ideia que já alicerça a estética da clínica gestáltica, fomenta contatos criativos com o campo vivencial. Promove de certa maneira, o encorajamento para seguir o sentido da própria vida não se exaurindo na luta contra ela, atento as mais profundas situações internas de sua personalidade, explorando as possibilidades do meio e, ao mesmo tempo, mantendo a responsabilidade vigilante pelas suas escolhas (OLIVEIRA, 2010).

A estética da clínica gestáltica é, portanto, um espaço de ressignificação, onde percebemos nossa história com novas possibilidades, novos caminhos, onde podemos nos reinventar de forma criativa com mais apropriação e construção de significados. É o espaço onde “a psicoterapia vai ajudar o cliente a rever suas histórias e recriá-las, permitindo uma compreensão das origens e significados de suas dificuldades atuais, favorecendo uma mudança concebível, alcançável e acreditável” (OLIVEIRA, 2010, p. 11).

A relação terapêutica é uma relação de criação conjunta. Zinker (2007), vem nos dizer que a Gestalt-terapia é, na realidade, uma permissão para ser criativo. Na psicoterapia a criatividade cumpre um papel organísmico, teórico e histórico. A arte é extremamente

valorizada nessa abordagem, tanto pela sua importância como veículo de promoção da *awareness*, como pelo papel formativo na vida dos principais autores, Fritz e Laura Perls, sempre envolvidos com atividades artísticas – teatro, ópera, pintura, dança, música, literatura, etc. (LIMA, 2009).

Nessa relação terapeuta-cliente uma ferramenta metodológica básica é o experimento que pode surgir simplesmente como brincadeira e vir a ser um convite ao cliente para exercer sua própria criatividade.

5 O EXPERIMENTO EM GESTALT-TERAPIA

Juliano (1999), diz que “o experimento é qualquer coisa que aumente a consciência, e pode ser bem pequeno, como o espelhar de um gesto, o esclarecimento de algo que foi dito, uma simples pergunta ou comentário. A psicoterapia nessa perspectiva, da atividade humana, passa a ser uma arte. Aliada as características pessoais e habilidades do terapeuta, adquiridas pela experiência, pelo estudo e por treinamentos e supervisões, como também, pelo tipo “par paciente-terapeuta que se estabelece em cada psicoterapia.” O experimento surge no contexto do diálogo, nasce naquele momento do relacionamento, sua amplitude vai variar de acordo com a situação, o momento que está sendo vivido e a fase em que o cliente se encontra. Além do conhecimento do instrumental próprio, o terapeuta usará o bom senso e o *timing* como elementos essenciais para o uso otimizado de experimentos como arte (JULIANO, 1999, p 42; CORDIOLI, 2008).

O objetivo do Gestalterapeuta ao propor um experimento é ajudar a aprofundar o contato da pessoa com um tema emergente, através de vivências que exploram os sentidos, criando, assim, possíveis possibilidades de ver e enfrentar a situação de outras maneiras, menos densas e mais criativas. “O experimento é como pedra fundamental da aprendizagem experiencial. Transforma o falar em fazer, o recordar inócuo e o teorizar em um tornar-se totalmente presente com imaginação, energia e excitação” (ZINKER, 1978, p. 123).

“Trabalhar a unidade e a desunidade dessa estrutura da experiência aqui e agora” é definida por Perls, Hefferline e Goodman (1951), como tarefa principal da Gestalt-terapia. O experimento oferece o foco para a vivência do aqui-agora, sua estrutura é uma unidade figura-fundo-forma-configuração ou gestalt. No sentido fenomenológico é uma ação constituída por organismo e ambiente em um campo, num processo dinâmico no aqui-agora. Ambos, terapeuta e cliente buscam o significado da experiência nessa relação que os envolve. (PERLS, 195, p. 46, ALVIM, 2009)

O trabalho com a experiência na psicoterapia aponta um objetivo especial, oferecer condições ao indivíduo para que ele perceba a forma fixada de reencontrar com aquilo que muitas vezes ele desconhece ou evita – e inevitavelmente é expresso na forma – e através da experiência retomar esse aspecto de modo criativo, transformando significados (ALVIM, 2009).

A utilização do experimento pode ou não se configurar como técnica pré-determinada, nesse sentido a Gestalt-terapia apresenta várias técnicas. Aqui, no entanto, o experimento ao qual nos referimos busca liberar energia, favorecendo o encontro com o aqui e agora, utilizando-se da criatividade como uma ferramenta de intervenção, afinando a percepção do presente, aumentando a awareness. É uma proposta “*feita a serviço do cliente*, e não para preencher lacunas na sessão ou na experiência do terapeuta” Sua utilização só se tornará possível após a “construção de uma relação em que serão resgatadas a espontaneidade, a liberdade de escolha e a responsabilidade que abrange tudo isso” (JULIANO, 1999, p. 43.; OLIVEIRA, 2010, p. 11).

O engajamento, corporeidade terapeuta e cliente é necessário para o desafio de enfrentar a experiência e confiar no poder agressivo de ajustamento criativo da situação. “A agressão visa quebrar a estrutura no nível simbólico da significação, se libertar da cultura instituída que aprisiona.” Esse trabalho de campo na Gestalt-terapia, da relação em ação - a experiência, a apresentação, em vez do “falar sobre” da representação, fazem o mesmo que a arte (ALVIM, 2009, p. 56)

A proposta de utilização criativa dos experimentos visa fortalecer o autossuporte do cliente estimulando-o a partir da sua própria criação para que ele possa expandir seu repertório de comportamentos ampliando a percepção de si mesmo, fechando suas Gestalten, descobrindo suas polaridades, integrando suas compreensões intelectuais com suas expressões motoras.

Embora tudo isso seja possível, vale ressaltar que a terapia criativa, assim como outras psicoterapias, não ceifa o problema assim como fazem os cirurgiões, mas sim ajudar a pessoa a entrar em contato com energias imobilizadas a partir de seus conflitos e mesmo de forma indolor, mas bastante profunda, encontrar novas possibilidades, visualizações de processos de cura, visualizações de novos caminhos na vida.

A Arte terapia gestáltica concebe “o homem como alguém que criativamente, busca se adaptar ao meio; e as diferenças passam a ser então valorizadas à medida que cada pessoa é única e tem uma maneira original de ser, sentir, ressignificar, se expressar e construir novas possibilidades” (SILVA, 2013, p. 38), desse modo deixa em suas mãos a liberdade que lhe é característica, para que ele próprio perceba como interage com seu meio, formando-se a partir

da realidade, contribuindo com ela modificando-a e também sendo modificado (CIORNAI 2004; FONSECA, 2017)

Assim sendo a utilização do experimento em sua plenitude pode auxiliar o indivíduo no desenvolvimento da sua capacidade de enfrentamento ao evocar a compreensão de si mesmo e do mundo como sendo o processo aqui-e-agora. O propósito da Gestalt-terapia “é que não existe propósito: isto é, nenhum propósito além do seu próprio ato, da sua própria experiência”. especialmente ao conceber a importância do homem em aceitar a si mesmo e o mundo tal como é, e utilizar seu potencial criativo para tornar sua vida repleta de novidades FONSECA; MAGALHÃES, 2017, p. 10).

A finalidade de um experimento não é alcançar um resultado já conhecido, específico e previsto; seu objetivo é criar novas experiências ou explorar e aprofundar experiências já vividas, enriquecendo-as com novas perspectivas, novos olhares, novas luzes, novos ângulos de visão (FONSECA; MAGALHÃES, 2017, p. 12).

Após tratarmos dessa ferramenta – o experimento – abordaremos as bases teóricas que sustentam a prática criativa e justificam o surgimento de insights criativos na prática psicoterápica à luz da Gestalt-terapia.

6 TEORIA ORGANÍSMICA: SUBSTRATO TEÓRICO PARA A CRIATIVIDADE NA GESTALT-TERAPIA

A Teoria Organísmica do neurologista alemão Kurt Goldstein exerceu forte influência às bases teóricas da Gestalt-terapia. Fritz Perls tendo sido médico assistente de Goldstein transpôs vários conceitos desta teoria, vindo compor o corpo teórico e a visão de homem e de mundo da Gestalt-terapia. Além de adotar integralmente a noção da autorregulação organísmica, ele expandiu o alcance desse princípio, pensando no processo de adoecimento psíquico do ser humano, no qual existe bloqueios e rupturas no ciclo natural da autorregulação (LIMA, 2014).

Segundo Kurt Goldstein a autorregulação organísmica é o princípio natural que rege o funcionamento do organismo. Autorregular-se é perceber-se uma totalidade organísmica, um todo organizado e eficiente, é privilegiar as necessidades que precisam ser saciadas, olhar-se como pessoa inteira no mundo, amar o corpo como a casa em que se habita no mundo, dar atenção aos pedidos de socorro feitos pelo corpo, buscar soluções dentro de si sem perder o aspecto relacional com o mundo. (RIBEIRO, 2006)

A busca por modos eficientes de satisfazer suas necessidades emergenciais no meio é a função da autorregulação organísmica, sendo essa na verdade, uma grande forma de interação

e negociação organismo-ambiente na tentativa de fechar ou resolver uma situação de desequilíbrio. Por outro lado, se o indivíduo se percebe impedido de realizar essa ação e se paralisa, ocorre a disfuncionalidade, incapacitando-o de alcançar a satisfação de determinada necessidade. Fixando-se na frustração e estagnando seu fluxo (LIMA, 2014).

A ansiedade é uma experiência gerada nesse confronto, quando o indivíduo se considera incapaz, ou sem condições de realizar algo. Essa constatação é de Kurt Goldstein. Ele afirma que os comportamentos desordenados são desarmônicos, tanto do ponto de vista do organismo, quanto do meio ambiente e fazem com que o indivíduo evite, de todos os modos possíveis, se expor às situações que lhe gerem ansiedade. No atendimento aos seus pacientes Goldstein observou neles uma tendência em buscar comportamentos padronizados na tentativa de evitar experiências que pudessem gerar qualquer sensação de vazio, de desordem (LIMA, 2014).

O papel da criatividade ganhou destaque de grande importância para Goldstein, sendo ela um dos potenciais naturais do ser humano que lhes possibilitam se autorregular. Isso significa, que a busca da novidade, da mudança, são movimentos igualmente importantes para o processo de autorregulação do sujeito. Na Gestalt-terapia, em acordo com a teoria organísmica de Goldstein a tentativa de repetição de padrões de comportamentos, a não mudança, a não exposição a situações novas é uma tentativa dos indivíduos de não lidar com a ansiedade gerada pelo inesperado, o que vai gerando uma cristalização deste padrão. A Gestalt-terapia vai entender esse processo como um padrão neurótico de comportamento, padrão este que vai levando ao empobrecimento das experiências do sujeito, a um repertório repetitivo e limitado de comportamentos que não propiciam a mudança. (LIMA, 2014).

“O ato criativo é uma necessidade tão básica quanto respirar e fazer amor. Somos impelidos a criar”. (ZINKER, 2007, p. 11). O autor se refere ao ato criativo de acordo com a percepção da Gestalt-Terapia, onde o sujeito por ser relacional e interagir com o mundo é um sistema aberto, em pleno desenvolvimento e crescimento, isso ocorrendo em função das trocas criativas com o ambiente. Ou seja, por ser um indivíduo relacional e interagir com o mundo, as *funções de contato*, que são seus mecanismos para se relacionar com o campo, são sempre criativas na medida em que lidam com o novo. O processo das funções de contato vai ocorrendo e o “indivíduo vai respondendo às informações, sensações e percepções decorrentes das trocas com o sistema, e isso é chamado de auto regulação organísmica” Essa assimilação entre o novo e o já conhecido que é feita constantemente para experimentar o mundo denomina-se ajustamento criativo. (CIORNAI, 1994; SILVA, 2013, p. 22)

Rollo May, ao se referir ao comportamento neurótico interroga: “Não é a neurose precisamente o método que o indivíduo usa para preservar seu próprio centro, sua própria

existência?” Nesse sentido ele afirma que “Os sintomas são meios de reduzir a área de seu mundo... de forma que a centralidade de sua existência possa ser protegida da ameaça; é uma forma de bloquear aspectos do meio ambiente, para que ele, indivíduo, possa então ser adequado para o restante desse mundo.” (ROLLO MAY, 1983, apud HYCNER, 1995, p. 128)

Possatto (2013) diz que na Gestalt-terapia “o vazio, o nada interior, na realidade é um espaço cheio de possibilidades, é um espaço promissor que só está esperando suas próprias ações voltadas ao seu preenchimento... É nesses espaços vazios que estão as nossas vontades e entusiasmos verdadeiros” (POSSATTO, 2013, p. 32).

Ao se referir ao vazio neurótico ou vazio estéril – quando quero que o outro o preencha – esse espaço vazio é o vazio de si mesmo. Quando o assumimos incondicionalmente o que era estéril fica fértil, ganha vida, é preenchido. “Descobrimos que guardávamos uma essência: nossos entusiasmos, vontades e potenciais, recalçados, sublimados e desconhecidos, porém todos ao nosso dispor” (POSSATTO, 2013, p. 32).

A evitação da novidade das situações que geram sensação de vazio se fez notar por Fritz Perls ao descrever comportamentos presentes nos mecanismos neuróticos como tentativas de modo de atuação já conhecidos, ou padronização no modo de atuação. (LIMA, 2005)

Fritz Perls elenca alguma das características do neurótico

O neurótico desiste, muitas vezes, de buscar a satisfação.
 O neurótico passa a não discriminar mais o que é realmente importante para si.
 Ele perde seu autossuporte e passa a ser orientar apenas pelos referenciais externos.
 Perde a capacidade de perceber o óbvio.
 Não consegue mais entrar em contato com as suas próprias emoções e sensações.
 Perde a espontaneidade no seu modo de ser e deixa de ser CRIATIVO nas suas ações (LIMA, 2009, p. 90).

A criatividade não é um talento para poucos felizardos e outros não. Ser criativo é algo próprio, é inerente à natureza do organismo. É uma dádiva do universo para todas as criaturas e a perda da criatividade por um período de embotamento de qualquer natureza é uma lástima, pois implica na perda da capacidade da pessoa autorrealizar-se deixando de viver de modo prazeroso, limitando-se ao que está posto, sem insights criativos, lidando com as adversidades e restrições de forma repetitiva sem conseguir reinventar novos meios de estar no mundo a cada momento (LIMA, 2005)

Se um indivíduo é forçado a conviver em uma situação de restrição por muito tempo, isso pode justificar o surgimento de um impedimento na autorregulação, fazendo com que seu

modo de funcionamento seja afetado, e este passe a se comportar de um outro modo não harmônico. “Portanto o funcionamento não harmônico é o resultado de situações de limite, onde se forma um padrão de adaptação emergencial” (LIMA, 2005, p.7).

“Criatividade e ajustamento são polares, são mutuamente necessários. Espontaneidade é apoderar-se, crescer e incandescer com o que é interessante e nutritivo no ambiente (PERLS at al., p.45, 1997). Em Gestalt-terapia a qualidade do contato da pessoa com sua experiência, seja ela qual for será buscada. A terapia é um processo de mudança da *awareness* e do comportamento, “a nossa função de saúde na vida é a mudança. A mudança não está dentro de nós, nem fora de nós, ela está na vida, no fluxo dos acontecimentos que não para” (LIMA 2005, p.147). Se abrir para a vida em sua plenitude é o sentido a da nossa trajetória; a recompensa por estar vivo supera a dor do viver, quando este viver é experiência e transformação. Esta abertura é a *reconciliação* da pessoa consigo mesma, com sua própria humanidade (CARDELLA, 2006, p. 115).

6 CONSIDERAÇÕES FINAIS

O partir desse estudo o processo psicoterápico na Gestalt-terapia sem criatividade nos pareceu controverso. Ela nasceu trazendo ideais políticos libertários, empregou por excelência expressões artísticas como veículo de libertação do homem, sua visão de homem converge com a valorização do ideal de liberdade e de um projeto existencial responsável, em parte alinhado ao pensamento sartriano. A concepção de fenômeno adotada é a de Brentano que fora sistematizada por Husserl.

O insight, que a maioria de nós e a própria história da criatividade interpreta como inspiração divina, atributo especial dos deuses, dos seres superdotados por ter qualidades mágica, milagre, é possível a todo e qualquer indivíduo, desde que esse se debruce sobre o conhecimento, trabalhe intensamente e os insights brotaram de modo latente em seu cérebro. Assim, entendemos que o aprendizado que não transforma não gera criatividade. Essa é a concepção de insight na qual compreendemos que o gestalterapeuta busca, através do aperfeiçoamento teórico/prático a partir da formação.

Podemos perceber que ser criativo é algo próprio, é inerente à natureza do organismo e que algumas características serão marcantes e necessárias ao terapeuta criativo. Sem a intenção de hierarquizar tais características partimos da compreensão inicial de que lhe é necessário atender as próprias demandas até vir a ser transformação na vida de outrem.

O saber ouvir ou a escuta qualificada, trabalho nada simples na abordagem fenomenológica, é praticamente a “pedra de oque”³ do processo psicoterápico, com todas suas nuances; ele pode ser “tudo” o que o cliente precisa. A qualidade desse contato pode tornar-se um experimento potencializador de *awareness*. É através desse ouvir que uma relação genuína pode se instituir no compartilhar de significados.

Assim sendo, e reconhecendo a importância do meio e suas demandas, a “simples” garantia da sobrevivência torna-se uma batalha diária. As exigências internas e externas por competência, eficiência, beleza, juventude e tantas outras, ao mesmo tempo que estimula a competição e o consumo esvazia o contato, sufoca as emoções, anestesia os sentimentos, instaura a segregação entre as relações – parentais, familiares, afetivas - e inclusive entre si mesma. Nos tornamos artefatos, meros repetidores. Não há organismo que não sofra essas agressões e homeostase que suporte. A criatividade? Essa deixa de fazer parte do nosso cotidiano, pois há tempos nos esquecemos de ousar.

³ Uma forma de chegar a um sentido mais profundo do mundo dessa pessoa. Maurice Friedman (1972b)
In (HIKNER, 1995)

REFERÊNCIAS

ALENCAR, E. M. L. S. **Promoção da criatividade em distintos contextos: Entraves e desafios.** In M. F. Morais, L. Miranda, & S. Wechsler (Orgs.) S. Paulo: Vetor. 2015.

ANTUNES, C. **A criatividade na sala de aulas.** Vozes. Rio de Janeiro, 2014.

BARREIRA, Marília Maia Lincoln. A Arte Como Instrumento Terapêutico sob o Enfoque da Gestalt-Terapia. **Rev. FSA**, Teresina, v. 14, n. 3, art. 11, p. 193-208, mai./jun. 2017. Tese de Doutorado em Psicologia pela Universidade de Fortaleza. ISSN Eletrônico: 2317-2983. Disponível em: <http://dx.doi.org/10.12819/2017.14.3.11>. Acesso em: 02 de març. 2020

BORDINI, R. M. (Tradutor) **A Teoria da Gestalt** por *Max Wertheimer* (1924). Universidade do Estado de Santa Catarina – UDESC. Centro de Artes – CEART 2005. Departamento de Música. Laboratório de Ensino da Área de Fundamentos da Linguagem Musical. Programa. Disponível em: <https://docplayer.com.br/7830066-Analise-musical-psicologia-gestalt-a-teoria-da-gestalt-por-max-wertheimer-1924-i-traducao-ricardo-mazzini-bordini-1.html>. Acesso em: 18 de abr. 2021

CARDELLA, B. H. P. A construção do psicoterapeuta na atualidade. **Revista da Abordagem Gestáltica**. Phenomenological Studies, vol. XII, núm. 2, diciembre, 2006, pp. 109-117 Instituto de Treinamento e Pesquisa em Gestalt Terapia de Goiânia, Brasil. Disponível em: <https://www.redalyc.org/pdf/3577/357735505008.pdf>. Acesso em: 18 de abr. 2021

CARDELLA, B. H. P. **Ajustamento criativo e hierarquia de valores ou necessidades.** In Fukumitsu. – 1. ed. – São Paulo: Summus, 2014. recurso digital (Gestalt terapia: fundamentos e práticas; 2. Gestalt-terapia [recurso eletrônico]: conceitos fundamentais / organização Lilian Meyer Frazão e Karina Okajima

FABRO A. C.; GUISSO L. **A relação psicoterapêutica na abordagem gestáltica: caminhos de encontro e crescimento.** Disponível em: <https://www.psicologia.pt/artigos/textos/A1022.pdf>. Acesso em: 18 de abr. 2021

FONSECA, B.C.R..MAGALHÃES, R. S.G. **Esvaziar-se para “renascer”: o processo de ressignificação existencial.** Disponível em http://faef.revista.inf.br/imagens_arquivos/arquivos_destaque/ju34Hn2NnD7OHUM_2017-10-18-17-46-0.pdf. Acesso em: 8.jun.2021

FREIRE, M. R. de L. **Criatividade, autoconsciência e habilidades cognitivas: Um estudo sobre a experiência interna relacionada ao processo criador em artistas plásticos, estudantes de arte e leigos não iniciados.** Dissertação de mestrado. Programa *Strictu Sensu* de Psicologia Cognitiva da Universidade Federal de Pernambuco. 2016 Disponível em: <https://repositorio.ufpe.br/bitstream/123456789/25674/1/DISSERTA%C3%87%C3%83O%20Marijaine%20Rodrigues%20de%20Lima%20Freire.pdf>. Acesso em: 02 de març. 2020

GINGER, A.; GINGER, S. **Gestalt uma Terapia do Contato.** Tradução: Sonia de Souza Rangel). São Paulo. Ed. Summus, 1995.

HENRIQUES, M. C. B. P. **Processos cognitivos associados à criatividade: contributos para a adaptação e validação da escala CPAC em Portugal.**

Dissertação para obtenção do Grau de Mestre em **Psicologia Clínica e da saúde.**

Universidade da Beira Interior - Ciências Sociais e Humanas. Covilhã, outubro de 2015

Disponível em: https://ubibliorum.ubi.pt/bitstream/10400.6/5924/2/4637_9330.pdf. Acesso em: 25 de abr. 2021

HYCNER, R. **De pessoa a pessoa: psicoterapia dialógica.** Tradução Eliza Plass Z. Gomes, Enila Chagas, Márcia Portella. São Paulo: Summus, 1995.

JULIANO, J. C. **A arte de restaurar histórias: libertando o diálogo.** São Paulo: Summus, 1999.

LIMA, P. A. **Criatividade na Gestalt-terapia.** Estudos e pesquisa em psicologia, UERJ, RJ. ANO 9, N. 1, P. 87-97. 2009. Disponível em:

<http://pepsic.bvsalud.org/pdf/epp/v9n1/v9n1a08.pdf>. Acesso em: 02 de abr. 2021

LEHMKUHL, L. - A criatividade como potencializadora do processo Gestalt-terapêutico **IGT na Rede**, vol. 12, Nº23. Páginas - 266 a 473. 2015. Disponível em:

<http://igt.psc.br/ojs3/index.php/IGTnaRede/issue/view/23>. Acesso em 29.abr.2021

LIMA, P. V. de A. (TICHA). **Autorregulação organísmica e homeostase.** P.77-90. In: Fukumitsu. – 1. ed. – São Paulo: Summus, 2014. recurso digital (Gestalt terapia: fundamentos e práticas; 2). Gestalt-terapia [recurso eletrônico]: conceitos fundamentais / organização Lilian Meyer Frazão e Karina Okajima

LIMA, P. A. **Psicoterapia e mudança** – uma reflexão. Tese (Doutorado em Psicologia). Instituto de Psicologia da Universidade Federal do Rio de Janeiro, Rio de Janeiro. 2005.

Disponível em: <http://livros01.livrosgratis.com.br/cp023968.pdf>. Acesso em: 30 de mai. 2021

LUBART, T. **Psicologia da criatividade.** Tradução: Márcia Conceição Machado Moraes. Porto Alegre: Artmed, 2007.

MORAIS, M. de F. MONTEIRO, I.; MARTINS, F. Desenvolvimento de competências criativas: um estudo com alunos angolanos do ensino primário. - **Revista EDUCAmazônia - Educação Sociedade e Meio Ambiente**, Humaitá, Vol. XXV, Núm. 2, jul-dez, 2020, pág. 250-275- digital on line. Disponível em:

<https://periodicos.ufam.edu.br/index.php/educamazonia/article/view/7832/5537>. Acesso em: 02 de abr. 2021

MORAIS, F.; AZEVEDO, I. **Avaliação da criatividade como um contexto delicado: revisão de metodologias e problemáticas.** 2009. Disponível em:

http://pepsic.bvsalud.org/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1677-04712009000100002 . Acesso em: 28 de abr. 2021

OLIVEIRA, D. C. A. - Recriando histórias: o desabrochar da capacidade criativa em crianças a partir da Gestalt Terapia. **IGT na Rede**, Vol. 7. Nº 13. (2010). Página 222 a 538. Disponível em: <http://igt.psc.br/ojs3/index.php/IGTnaRede/article/view/271>. Acesso em: 02 de abr. 2021

PERLS, F. S., HEFFERLINE, R., GOODMAN, P. **Gestalt-terapia.** Tradução Fernando

Rosa Ribeiro. 2. ed. São Paulo (SP): Summus, 1997.

POSSATTO, L. **Medos, fobias e pânico aprenda a lidar com estas emoções** [livro eletrônico]: São Paulo. Lúmen Editorial. e-Pub. ISBN 978-85-7813-133-3. 2013 Disponível em: <https://docero.com.br/doc/n51nc8>. Acesso em: 20.03.2020

POLSTER, E.; POLSTER M. **Gestalt-terapia integrada**, [tradução de Sonia Augusto]. São Paulo: Summus, 2001.

REIS, A. C. **Arteterapia: a arte como instrumento no trabalho do psicólogo**. Disponível em: <https://www.scielo.br/pdf/pcp/v34n1/v34n1a11.pdf>. Acesso em: 20.11.2020

RHYNE, J. **Arte e Gestalt: padrões que convergem**. Tradução: Maria de Betânia Paes Norgren. Ed. Summus. São Paulo, 2000.

RIBEIRO, J. P. **Vade-mécum de Gestalt-terapia: conceitos básicos**. Summus. São Paulo, 2006.

SILVA, M.C.; CARVALHO, E.M. LIMA, R.D. Arteterapia Gestáltica e suas relações com o processo criativo. **Revista IGT na Rede**, v. 10, n° 18, p. 18 - 36. Disponível em: <http://www.igt.psc.br/ojs> ISSN: 1807-2526. 2013. Acesso em: 20 abr.2021

SANTOS, M. C. **Criatividade e autoconceito: um estudo exploratório com crianças do 5º ano de escolaridade** - Dissertação Mestrado em Psicologia da Educação do curso de da Educação pela Universidade Lusófona de Humanidades e Tecnologias. Lisboa. 2010. Disponível em: <https://Core.Ac.Uk/Download/Pdf/48576127.Pdf>. Acesso em: 05 de març. 2021

VILLALBA, E. **On Creativity Towards an Understanding of Creativity and its Measurements**.2008. Disponível em: https://www.researchgate.net/publication/242710922_On_Creativity_Towards_an_Understanding_of_Creativity_and_its_Measurements/link/564da6e708ae4988a7a46140/download. Acesso em: 02 de abr. 2021

YONTEF, G. M. **Processo, diálogo, awareness** {tradução de Eli Stern}. - São Paulo: Summus, 1998.

ZINKER, J. **Processo criativo em Gestalt-terapia**. São Paulo. Summus. 2007.