

UNILEÃO
CENTRO UNIVERSITÁRIO DOUTOR LEÃO SAMPAIO
CURSO DE GRADUAÇÃO EM PSICOLOGIA

ANA BERNADETE SOUZA FIGUEIRÊDO

**EXPLORANDO A INTEGRAÇÃO DO DESENVOLVIMENTO DO SELF E DA
ESPIRITUALIDADE NA GESTALT-TERAPIA: Implicações para o crescimento
pessoal e o bem-estar psicológico**

JUAZEIRO DO NORTE - CE
2024

ANA BERNADETE SOUZA FIGUEIRÊDO

**EXPLORANDO A INTEGRAÇÃO DO DESENVOLVIMENTO DO SELF E DA
ESPIRITUALIDADE NA GESTALT-TERAPIA: Implicações para o crescimento
pessoal e o bem-estar psicológico**

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 Cézar de Borba Belmino

ANA BERNADETE SOUZA FIGUEIRÊDO

**EXPLORANDO A INTEGRAÇÃO DO DESENVOLVIMENTO DO SELF E DA
ESPIRITUALIDADE NA GESTALT-TERAPIA: Implicações para o crescimento
pessoal e o bem-estar psicológico**

Este exemplar corresponde à redação final aprovada do Trabalho de Conclusão de Curso, 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.

Aprovado em: 02/12/2024

BANCA EXAMINADORA

Orientador: Prof. Dr. Marcus Cézar de Borba Belmino

Membro: Prof. Me. Joel Lima Junior

Membro: Prof. Me. Tiago Deividty Serafim

JUAZEIRO DO NORTE - CE
2024

EXPLORANDO A INTEGRAÇÃO DO DESENVOLVIMENTO DO SELF E DA ESPIRITUALIDADE NA GESTALT-TERAPIA: Implicações para o crescimento pessoal e o bem-estar psicológico

Ana Bernadete Souza Figueirêdo¹

Marcus Cézar de Borba Belmino²

RESUMO

Este estudo explora a integração entre o desenvolvimento do self e a espiritualidade na prática clínica da Gestalt-Terapia, destacando suas implicações para o crescimento pessoal e o bem-estar psicológico. Através de uma revisão teórica e análise de conceitos fundamentais como awareness, contato, ajustamento criativo e o campo sacro-transcendental, esta pesquisa examina como esses elementos facilitam uma abordagem holística ao self. A espiritualidade é abordada como um componente essencial para a autorregulação e ajustamento criativo, permitindo que o indivíduo encontre sentido e conexão em suas experiências. A metodologia utilizada foi uma pesquisa bibliográfica com base em literatura especializada na Gestalt-Terapia, incluindo autores que abordam a importância da dimensão espiritual no desenvolvimento do self. Os resultados indicam que a inclusão da espiritualidade como um elemento integrador na prática gestáltica promove uma experiência terapêutica abrangente, respeitando a totalidade do ser humano. Assim, conclui-se que a Gestalt-Terapia oferece recursos valiosos para um processo de autoconhecimento profundo e de transformação pessoal.

Palavras-chave: Gestalt-Terapia; espiritualidade; desenvolvimento do self; awareness; ajustamento criativo.

ABSTRACT

This study explores the integration between self-development and spirituality in the clinical practice of Gestalt Therapy, highlighting its implications for personal growth and psychological well-being. Through a theoretical review and analysis of fundamental concepts such as awareness, contact, creative adjustment and the sacral-transcendental field, this research examines how these elements facilitate a holistic approach to the self. Spirituality is approached as an essential component for self-regulation and creative adjustment, allowing the individual to find meaning and connection in their experiences. The methodology used was a bibliographical research based on specialized literature on Gestalt Therapy, including authors who address the importance of the spiritual dimension in the development of the self. The results indicate that the inclusion of spirituality as an integrative element in Gestalt practice promotes a comprehensive therapeutic experience, respecting the totality of the human being. Thus, it is concluded that Gestalt Therapy offers valuable resources for a process of deep self-knowledge and personal transformation.

Keywords: Gestalt Therapy; spirituality; self-development; awareness; creative adjustment.

¹Discente do curso de psicologia da UNILEÃO. Email: abernadete04@gmail.com

²Docente do curso de psicologia da UNILEÃO. Email: mascuscezar@leaosampaio.com.br

1 INTRODUÇÃO

A Gestalt-Terapia é uma abordagem psicoterapêutica que enfatiza a importância da consciência, da integração e do crescimento pessoal. Ao mesmo tempo, a espiritualidade é um aspecto fundamental da experiência humana, muitas vezes associada ao desenvolvimento do self e ao bem-estar psicológico. No entanto, a intersecção entre esses domínios - a integração do desenvolvimento do self e da espiritualidade na prática gestáltica - ainda é pouco explorada na literatura acadêmica, sendo assim senti a necessidade de ter como objeto de estudo deste trabalho de conclusão de curso a temática direcionada a integração do desenvolvimento do self e da espiritualidade na Gestalt-Terapia, com foco nas implicações para o crescimento pessoal e o bem-estar psicológico.

A abordagem gestáltica, como abordagem humanista e holística da psicoterapia, reconhece a importância do self como um processo em constante evolução, bem como a dimensão espiritual como uma parte intrínseca da experiência humana. A pergunta de partida que guia esta investigação é: Como a integração do desenvolvimento do self e da espiritualidade na Gestalt-Terapia pode impactar positivamente o crescimento pessoal e o bem-estar psicológico dos indivíduos?

Essa questão de pesquisa surge da crescente relevância de abordagens terapêuticas holísticas que reconhecem a complexidade e a totalidade do ser humano. A Gestalt-Terapia, com sua ênfase na consciência, autenticidade e integração, oferece um contexto teórico e prático propício para explorar a interação entre o desenvolvimento do self e a espiritualidade. Compreender como esses dois aspectos se entrelaçam e se influenciam mutuamente e fornecer insights valiosos ao explorar essa interseção, buscando ampliar nosso entendimento sobre como a Gestalt-Terapia pode ser eficaz na promoção do crescimento pessoal e do bem-estar psicológico de forma integral.

O estudo da integração do desenvolvimento do self e da espiritualidade na Gestalt-terapia é de suma importância por várias razões. Primeiramente, esta pesquisa pode contribuir para uma compreensão mais abrangente da natureza holística do ser humano e do processo terapêutico. Buscando reconhecer e explorar a interconexão entre o desenvolvimento do self e a dimensão espiritual voltada à experiência do cliente, visto que, a espiritualidade explorada na pesquisa se refere a uma espiritualidade que não se resume a religiosidade em si, ou seja, a espiritualidade não precisa estar conectada a uma religião específica para ser considerada

espiritualidade, pois a mesma pode ser sentida em tudo aquilo que lhe traz um bem-estar, que lhe transcende. Como cita Borges (2020, p. 217),

Sendo o contato a ferramenta por excelência da autorregulação e ajustamento criativo, a espiritualidade (campo sacro-transcendental) aparece como uma estratégia de enfrentamento plena para o crescimento e a mudança. Já que “self é contato, contato é self e, portanto, o self só existe quando se está em contato”. Desta forma, o self pleno será o contato com o campo sacro-transcendental. A espiritualidade assume, portanto, um papel preponderante já que estabelece a possibilidade de um contato com a plenitude, fazendo assim com que a mudança aconteça em todos os níveis da subjetividade da pessoa (biopsicosocial e espiritual).

Dessa forma, essa pesquisa fornece insights sobre como abordar questões profundas de desenvolvimento pessoal e espiritualidade em sua prática clínica, já que é uma temática que veio a ganhar maior visibilidade e ser estudada mais profundamente há pouco tempo.

Sendo analisado que, o desenvolvimento do self está intrinsecamente ligado ao processo de autoconhecimento na perspectiva da Gestalt-terapia, sendo assim o self pode ser entendido como a totalidade da pessoa, que inclui aspectos físicos, emocionais, mentais e espirituais. Na abordagem gestáltica, a awareness permite o foco em cada sintoma, para que o paciente aprenda sobre si próprio e seus ajustamentos ao meio. Em suma, a pessoa olha para a sua vivência, como a está experimentando em seu organismo, e aprende sobre a inter-relação entre seus sentimentos e comportamentos. Visto que, o autoconhecimento na Gestalt-terapia é facilitado através de alguns conceitos como awareness, contato, autorregulação orgânica, ajustamento criativo entre outros. Esses conceitos dentro da clínica gestáltica ajudam ao cliente a se tornar mais consciente de suas experiências internas e externas, promovendo assim o desenvolvimento do self, portanto, o autoconhecimento é um componente fundamental do desenvolvimento do self na Gestalt-terapia, pois ao explorar e integrar plenamente todas as dimensões de si mesmo, a pessoa pode experimentar um crescimento pessoal mais profundo e uma vida mais autêntica e significativa.

Por fim, esta pesquisa tem como objetivo contribuir para o avanço do campo da Gestalt-Terapia, ao explorar a interseção entre o desenvolvimento do self, a espiritualidade e o bem-estar psicológico, expandindo o conhecimento dentro do contexto terapêutico gestáltico.

2 DESENVOLVIMENTO

2.1 METODOLOGIA

A metodologia adotada para este trabalho consistiu em uma pesquisa bibliográfica, com foco na literatura em Gestalt-Terapia, a fim de explorar a integração entre o desenvolvimento do self e a espiritualidade, e suas implicações para o crescimento pessoal e o bem-estar psicológico. De acordo com Marconi e Lakatos (2017), a pesquisa bibliográfica envolve o levantamento e análise de materiais já publicados, como livros, artigos científicos e outros documentos, visando aprofundar o conhecimento teórico sobre o tema.

Gil (2008) destaca que a pesquisa bibliográfica permite ao pesquisador conhecer as contribuições científicas já existentes, facilitando a compreensão crítica e fundamentada do objeto de estudo. No presente trabalho, foram selecionadas obras relevantes, obtidas em bases de dados como Scielo e Google Acadêmico, com os descritores “Gestalt-Terapia, espiritualidade, desenvolvimento do self, awareness e ajustamento criativo.”. Severino (2007) ressalta que essa abordagem é essencial para estabelecer um referencial teórico robusto, possibilitando uma análise detalhada dos principais conceitos e abordagens relacionadas ao tema.

Os critérios de seleção priorizaram a relevância, qualidade e atualidade das fontes, especialmente aquelas que abordam a relação entre espiritualidade e desenvolvimento do self. Assim, a pesquisa bibliográfica forneceu uma base sólida para compreender como a espiritualidade pode ser integrada à prática clínica da Gestalt-Terapia, enriquecendo o processo terapêutico e favorecendo o crescimento pessoal do indivíduo.

2.2 REFERENCIAL TEÓRICO

2.2.1 Concepções Teóricas da Gestalt-Terapia no Desenvolvimento do Self

Ao longo da história da Psicologia, o conceito de self tem sido amplamente debatido e abordado sob diferentes perspectivas teóricas. Desde as abordagens filosóficas clássicas até as mais contemporâneas, a compreensão do self envolve questões sobre identidade, autonomia e a relação do indivíduo com o mundo ao seu redor. Várias correntes filosóficas e psicológicas buscaram definir o que constitui o "eu" e como ele se desenvolve ao longo da vida, seja enfatizando a introspecção e a consciência individual ou integrando o contexto social e

relacional. Segundo Oliveira (2006), citado por Macedo *et al* (2012, p. 282), afirma que na Psicologia, a visão de self mais frequente se origina da tradição filosófica que começa em Descartes, passa por Kant e chega a Piaget. Trata-se do self como "si mesmo", a tomada de consciência de ser uma entidade independente e autônoma em relação ao outro. Uma visão racionalista do psiquismo, que ressalta uma perspectiva individualista, pois descreve algo que se passa no interior do sujeito.

O self pode ser considerado como estando na fronteira do organismo, mas a própria fronteira não está isolada do ambiente; entra em contato com este; e pertence a ambos, ao ambiente e ao organismo. Não se deve pensar o self como uma instituição fixada; ele existe onde quer que haja de fato uma interação de fronteira, e sempre que esta existir. Parafraseando Aristóteles, “quando se aperta o polegar, o self existe no polegar dolorido” (Perls; Goodman; Hefferline, 1997, p. 179).

O conceito de self é fundamental na intervenção gestáltica, pois o terapeuta ajuda o cliente a explorar e integrar diferentes aspectos de si mesmo, promovendo a autorregulação e o crescimento pessoal. Na abordagem Gestáltica de Perls, Goodman e Hefferline (1997), o conceito de self é descrito como a capacidade de estabelecer contatos com situações, objetos, pessoas e tempo. É ressaltado que o tempo desempenha um papel crucial na compreensão das noções de passado, presente e futuro na Gestalt-terapia. Além disso, o self também é responsável por integrar funções perceptivas, motoras e musculares, além de atender às necessidades orgânicas, como sede, fome, excreção, entre outras (Neto; Mattos, 2021, p. 67).

Antes de aprofundar ainda mais no conceito de self é preciso compreender melhor o conceito contato, na perspectiva Gestáltica, se refere ao fato de que o ser humano é compreendido como inerentemente relacional, singular, corporificado, concreto e criativo, aberto a infinitas potencialidades e sempre em movimento, em eterna construção a partir das interações que estabelece com o meio. O indivíduo se caracteriza como ser de relação, que se constitui "entre", em um espaço vincular compartilhado com outros seres, sendo o vínculo terapêutico uma dessas relações (Santos *et al*, 2020, p. 364).

Com isso, segundo Alvim (2014) apud Silva e Alvim (2021, p. 317);

O estudo da psicologia não se baseia nem em um mergulho introspectivo no sujeito isolado do mundo, com uma mente/psiquismo sem corpo, um inconsciente determinante, nem na consideração de comportamentos reflexos, respostas automáticas dadas a estímulos e influências puramente ambientais; mas seria o estudo do processo de contatar, das inter-relações dadas em um campo onde estão imbricados pessoa e ambiente.

A teoria do self é concebida como a descrição do próprio processo de contato. Segundo Perls, Hefferline e Goodman (1997) a partir da diferenciação de três modos de funcionamento, onde self funciona no desenrolar do tempo ora na função id, ora na função ego e ora na função personalidade.

É importante compreendê-los, funcionando como uma totalidade integrada, onde no momento em que uma se destaca como figura as outras se apresentam como fundo. Em um momento inicial, denominado pré-contato, o self funciona no modo id. Nesse momento, só há fundo e nada é ainda figura, nada ainda é novidade e diferença no campo. Eu e mundo ainda não se diferenciaram, e a pessoa encontra-se em contiguidade com o ambiente, em um estado de indiferenciação e um mundo (Silva; Alvim, 2021, p.317).

Falamos, então, de um momento em que estamos engajados e sincronizados com a situação e que não há diferenciação self-mundo (Silva; Alvim, 2021, p. 318). Ao discutir a teoria do self da Gestalt-Terapia, Silva e Alvim (2021) faz uma aproximação com a perspectiva fenomenológica de Merleau-Ponty e ressalta a dimensão de comunalidade desse fundo da experiência pré-reflexiva. Logo o "fundo" refere-se ao contexto mais amplo da experiência que não está em foco imediato da percepção, mas que ainda está presente e influencia a maneira como percebemos a "figura" ou o que está em primeiro plano. A Gestalt-Terapia entende a experiência humana como formada por uma interação contínua entre figura (aquilo que está no foco da consciência) e fundo (aquilo que está na periferia da percepção).

A experiência pré-reflexiva se refere à vivência antes de ser consciente ou pensada. O fundo da experiência pré-reflexiva, dentro dessa perspectiva, seria toda a bagagem sensorial, emocional e vivencial que não está explicitamente sendo focada ou refletida pela pessoa, mas que ainda assim molda suas percepções e interações com o que está no primeiro plano da experiência (figura). Com isso para compreender melhor sobre a função id, citado anteriormente, a função id pode ser descrita como uma função pré-reflexiva, entendida como uma configuração, ou seja, uma totalidade inseparável entre organismo e ambiente.

Falamos, então de um "isso" (id), uma afetação ainda sem nome, que surge como pura sensação difusa, implícita e corporal. Esse "isso" se apresenta como um dado da situação e é experienciado corporalmente, apontando para uma progressiva diferenciação de uma figura. Assim, ao sofrermos um desequilíbrio momentâneo, dado pela novidade no campo, somos solicitados a um trabalho de assimilação disso que se apresenta (Silva; Alvim, 2021, p. 318).

Compreendendo assim a função id, logo a função ego, refere-se à capacidade de transcender o ambiente. Está relacionado ao aspecto do self que realiza tanto a alienação

quanto a identificação das oportunidades oferecidas pelo ambiente para satisfazer necessidades potenciais. Ele desempenha a função de individuação do self em sua totalidade. Como cita Perls *et al.*, (1997):

Temos a sensação de estar produzindo a situação. Os meios são selecionados puramente como meios, de acordo com o conhecimento prévio de situações semelhantes: temos então a sensação de usar e dominar em lugar de descobrir e inventar. Os sentidos estão alertas, de prontidão, em lugar de estarem "encontrando" ou "respondendo" (Perls *et al.*, 1977, p. 185) .

O ego pode ser descrito como a dimensão pessoal da ação, ou seja, a maneira como uma pessoa se manifesta no mundo através de suas escolhas, comportamentos e atitudes, portanto, é o aspecto da psique que faz a mediação entre as diferentes possibilidades e caminhos que a pessoa pode seguir, ajudando a moldar a experiência de ação no mundo. Função ego é compreendida por Alvim (2018) como cita Silva e Alvim (2021, p. 318), como identificação progressiva com as possibilidades e alienação destas, inclui o comportamento motor, a orientação, criação, agressão, é a dimensão pessoal da ação. Fala do conflito e do processo de assimilação do novo. É, portanto, o momento do embate vigoroso, do encontro e da diferenciação eu e não-eu. Onde o sistema self de contatos, frente a um conflito, ao lançar-se completamente no processo de assimilação, passa a se perceber e a estar mais destacado da experiência como diferença (Silva; Alvim, 2021, p. 318). Ao fazer isso, o self começa a perceber-se de forma mais clara, diferenciando-se da experiência que está sendo assimilado, o ego ajuda a mediar esse conflito e, ao assimilar o novo, o self se reconhece como distinto daquilo que está sendo integrado, fortalecendo a percepção de si mesmo como algo separado do mundo externo.

O processo de assimilar a novidade envolve transformação e criação e o resultado desse processo é o que chamamos de função personalidade (Silva; Alvim, 2021, p.318). A personalidade é o sistema de atitudes adotado nas relações interpessoais; é a admissão do que somos, que serve de fundamento pelo qual poderíamos explicar nosso comportamento, se nos pedissem uma explicação (Perls *et al.*, 1997, p.187). Sendo assim refere-se a uma generalidade não perceptível, na qual o self se solidifica, transformando-se em uma identidade histórica, representada e construída através de atos simbólicos.

Segundo Perls, Hefferline e Goodman (1997) percebe-se que o desenvolvimento do self depende da qualidade e da relação, do contato estabelecido com o "outro". Para Perls, o self constitui na fronteira do organismo e o meio. De acordo com Tenório (2012, p. 225) podemos dizer que o self parte da interação e diferenciação dos limites organismo-meio,

sendo entendido como o “si mesmo”, vivenciadas a partir da fronteira do contato. Portanto, quando a delimitação de fronteiras entre o eu e o outro, se concretiza o self se presentifica, permitindo a retomada de equilíbrio o organismo-meio.

Diante de todo o processo de desenvolvimento do self na Gestalt-terapia é importante enfatizar que ele ocorre a partir de uma perspectiva integrativa e fenomenológica, enfatizando a consciência (awareness), o contato e o crescimento. O self é entendido como um processo contínuo de interação entre o indivíduo e o ambiente, como citado anteriormente. A awareness refere-se à capacidade de estar presente no momento, percebendo as próprias emoções, sensações e necessidades; se caracteriza pela consciência de si e a consciência perceptiva, é a tomada de consciência global no momento presente, a atenção ao conjunto da percepção pessoal, corporal e emocional, interior e ambiental (Ginger, 1995, p. 254).

Awareness é a apreensão, com todas as possibilidades de nossos sentidos, da ocorrência do mundo dos fenômenos dentro e fora de nós. Esta apreensão se dá no presente, no aqui-e-agora. Mesmo quando lembramos de algo do passado, o lá-e-então, o ato de lembrar está se dando no presente. Embora a awareness seja sempre presente, o objeto dela pode pertencer a outro tempo e espaço (Yontef, 1993 apud Frazão, 1995, p. 146).

O que muda é o conteúdo do que estamos conscientes (o que estamos percebendo), mas o ato de perceber acontece no agora. Para que haja a awareness é necessário haver contato, embora possa existir contato sem que haja awareness. É através do contato que a relação com o mundo pode ser nutritiva (Frazão, 1995, p. 146). Sendo o responsável pelas mudanças da pessoa e das experiências que ela tem do mundo.

O contato diz respeito à relação do indivíduo com o meio, sendo fundamental para o desenvolvimento saudável do self, como conceitua Frazão (1995):

O contato ocorre na fronteira de contato, que é o ponto no qual a pessoa experimenta o "eu" em relação ao "não-eu". Embora a palavra fronteira possa sugerir a idéia de um lugar, não se trata disso. Fronteira de contato se refere à relação particular entre a pessoa e o meio, entre "eu" e "não-eu" (Frazão, 1995, p. 146).

Por fim é importante trazer outros três conceitos inseridos na Gestalt-Terapia que está ligado intrinsecamente com os outros conceitos citados anteriormente, primeiramente há autoregulação orgânica, ao discutir sobre esse assunto é essencial abordar a relação do indivíduo com seus processos internos e externos, reconhecendo a importância dessa interação entre o ambiente e o sujeito. Goldstein (1995) apud Neto e Mattos (2021, p. 67), em seu livro *The organism*, destaca que há uma aptidão do organismo em utilizar seus recursos da

melhor maneira possível para a manutenção da vida, ou seja, uma propensão a se atualizar. De acordo com o autor, autorregulação organísmica é um impulso basilar, presente em todos os seres vivos. Assim, “Essa tendência a atualizar sua natureza e a si mesmo é o impulso básico, o único impulso pelo qual a vida do organismo é determinada”.

Fala-se, portanto, em homeostase. Este conceito foi introduzido por Canon em 1929 e futuramente ampliado por Goldstein (1995) apud Neto e Mattos (2021, p. 68) a questões não somente fisiológicas, mas abarcando a subjetividade do indivíduo e todas as relações que ele constitui. Homeostase indica a busca do corpo pela manutenção de condições estáticas ou constantes no meio interno, ou seja, a busca por um equilíbrio. Sendo como um conceito relacionado a autorregulação.

A autorregulação organísmica citada anteriormente, refere-se ao processo pelo qual o organismo, entendido como um sistema integrado de corpo e mente, busca ativamente atender às suas necessidades fisiológicas, emocionais e psicológicas em interação constante com o ambiente. Esse processo envolve a percepção das próprias necessidades, a mobilização de recursos internos e externos para satisfazê-las e a adaptação às condições ambientais, logo o self está intimamente relacionado a outros conceitos fundamentais da Gestalt-Terapia, tal como enfatizando a awareness, que diz respeito à consciência de si, e à consciência perceptiva, caracterizada como consciência global centrada no aqui-agora, que influencia as percepções pessoal, corporal e emocional. Além disso, o Self se desenvolve (ou não) no e por intermédio do vínculo que o sujeito estabelece com determinada situação, no ato de contatar ou, ainda, como fenômeno que emerge no campo, um acontecimento que, ao se atualizar, põe em marcha e atualiza também os processos de subjetivação (Santos *et al.*, 2020, p. 373).

Tendo em vista que o ajustamento criativo está ligado a autorregulação organísmica citada anteriormente, pois é definido como um processo no qual o Self pensa, sente e age, e assim realiza a autorregulação, estabelecendo estratégias para satisfazer as necessidades, escolhendo ou rejeitando determinadas possibilidades e atribuindo um sentido para determinada situação. Só a partir daí o Self pode se ocupar espontaneamente do contato na fronteira organismo-ambiente, usufruindo dessa experiência na medida em que é assimilado ou rejeitado, o que pode contribuir para o processo de evolução do indivíduo (Santos *et al.*, 2020, p. 373).

Segundo Perls, Hefferline e Goodman (1997) discutem o conceito de ajustamento criativo, explorando o papel da frustração na regulação do self. A cada situação que surge, surge também a necessidade de satisfazê-la. Quando essa necessidade não é satisfeita, ocorre a frustração, desencadeando uma resposta no organismo que o impulsiona a buscar novas

formas de se autorregular. É assim que a criatividade desempenha um papel fundamental nessa dinâmica de vida, sendo denominada por Perls *et al* (1997) como ajustamento criativo. De acordo com Neto; Mattos (2021) outro modo de funcionamento da autorregulação é a agressividade. Segundo Neto e Mattos (2021, p. 69) para Gestalt, a agressividade é um instinto, inato, que impulsiona o ser para o mundo, ampliando seus limites através das vivências expandidas por este instinto. Ser agressivo é estar vivo. É importante destacar que pessoa agressiva não é sinônimo de pessoa violenta, como abordado no trecho a seguir:

[...] um dos fatores de estruturação da personalidade humana, a agressividade é, a priori, um bem da natureza. Comer, trabalhar, fazer amor e quase todas as formas de esporte são expressões da força da agressividade, um instinto humano que trabalha no sentido de tornar a vida e a existência possíveis e prazerosas. (Ribeiro, 2006, p. 60).

Com isso é possível perceber que o processo de desenvolvimento do self se relaciona desde a maneira como o sujeito se relaciona com o meio, até a forma que seu eu se ajusta ao meio, ou seja, o self é um processo em constante transformação, moldado pela interação entre as necessidades internas e o ambiente externo, sempre no contexto do momento presente, sendo entendido como uma função relacional, que se forma e se modifica ao longo da vida, conforme o indivíduo participa ativamente de seu meio.

2.2.2 A Integração da Espiritualidade no Desenvolvimento do Self

A integração da espiritualidade no desenvolvimento do self, especialmente no contexto de abordagens psicoterapêuticas como a Gestalt-Terapia, envolve o reconhecimento de que o ser humano não é apenas um ser biológico e psicológico, mas também um ser espiritual. Essa dimensão espiritual pode ser vista como uma forma de conexão com algo maior que transcende o self individual seja uma crença em um poder superior, uma busca por significado ou um sentido de propósito mais amplo na vida. Apesar de sua importância na vida das pessoas, o tópico da espiritualidade foi evitado em pesquisas sobre a psicoterapia até o final do século passado, por não ter sido considerado como relevante à clínica, ou passível de ser estudado por um método científico (Barnett, 2016; Henning-Geronasso; Moré, 2015, apud Campos; Ribeiro, 2017, p. 212).

Para compreender melhor sobre a integração da espiritualidade no desenvolvimento do self é importante entender melhor o conceito de espiritualidade dentro da psicoterapia e como ao decorrer do tempo foi de extrema importância haver pesquisas sobre a relevância da

espiritualidade na psicoterapia. A partir do início deste século, a ciência parece demonstrar um maior interesse em investigar o papel da espiritualidade na clínica psicoterápica, principalmente em pesquisas internacionais (Barnett, 2016; Bonelli; Koenig, 2013 apud Campos; Ribeiro, 2017, p. 212). Segundo Barnett & Johnson (2011) como cita Campos; Ribeiro (2017, p. 212), esta mudança se deve a diversos fatores, como o crescente reconhecimento do valor da espiritualidade na saúde física e mental de pacientes, o acolhimento de tendências multiculturais e o desenvolvimento de metodologias que buscam operacionalizar os recursos espirituais.

Na Gestalt-Terapia, a espiritualidade é trabalhada de forma a integrar o ser humano em sua totalidade, sem separar o indivíduo de suas dimensões existenciais. A abordagem não se centra em uma definição religiosa de espiritualidade, mas sim na experiência do ser, na busca de significado e na conexão com algo maior, que pode ser compreendido de diferentes formas, de acordo com a vivência subjetiva de cada pessoa. Encarar a existência como expressão do espiritual permite que o espírito humano cresça ao se nutrir do ilimitado, transcendendo as limitações humanas (Pinto, 2009, p. 79).

É na conexão com algo maior que encontramos propósito e plenitude; um sentimento de pertencimento e ligação ao universo, ou a um todo maior, e uma conexão com o sagrado e o transcendente (Ribeiro 2009 apud Campos; Ribeiro 2017, p. 212). Com isso, a espiritualidade explorada é sem o viés religioso, sendo que, quando vinculada à religiosidade pode ser de grande importância para o indivíduo também, na Gestalt-Terapia diferencia-se das práticas religiosas organizadas por não estar restrita a crenças específicas, dogmas ou rituais. Ao invés disso, manifesta-se como uma busca essencial e universal do ser humano por significado e pelo entendimento da própria existência, bem como pelo alívio dos seus sofrimentos. Esse desejo de sentido, de acordo com alguns teóricos, é um aspecto inerente à condição humana, revelando-se por meio daquilo que muitas culturas e tradições consideram como “sagrado”.

Sendo assim, com uma compreensão melhor sobre a espiritualidade, visto de um olhar da Gestalt-terapia, é possível entender que em termos teóricos, a espiritualidade está entrelaçada com a ideia de ajustamento criativo e contato. Com isso fazendo ligação do processo em que a espiritualidade pode ser utilizada como estratégia de ajustamento criativo dentro do desenvolvimento do self, tendo em vista o contato como a ferramenta por excelência da autorregulação e ajustamento criativo, a espiritualidade (campo sacro-transcendental) aparece como uma estratégia de enfrentamento plena para o crescimento e a

mudança (Borges, 2020). Já que “self é contato, contato é self e, portanto, o self só existe quando se está em contato” (Ribeiro, 1997 apud Borges, 2020, p. 217).

Desta forma, o self será o contato com o campo sacro-transcendental. A espiritualidade assume, portanto, um papel preponderante já que estabelece a possibilidade de um contato com a plenitude, fazendo assim com que a mudança aconteça em todos os níveis da subjetividade da pessoa (biopsicosocial e espiritual) (Borges, 2020, p. 217). De acordo com Ribeiro (1997) como cita Borges (2020, p. 217) ao haver esse contato, o indivíduo pode se relacionar a quatro campos: geobiológicos, psicoemocional, sócio-ambiental e sacro-transcendental. Como visto anteriormente, o campo a ser estudo nesse capítulo está sendo o campo sacro-transcendental, que se remete a uma esfera espiritual, fora do mundo das contingências. Ribeiro (2009) apud Borges (2020, p. 217) afirma que tanto transcendência quanto a espiritualidade são condições humanas de existência, não são realidades acidentais, mas constitutivas.

Quanto à espiritualidade, enquanto estratégia de enfrentamento psíquico, “estudos indicam que a espiritualidade pode ser um fator de promoção de saúde quando integrada como instrumento na metodologia terapêutica (Campos *et al.*, 2017, p. 216). Com isso é importante enfatizar a respeito da religiosidade, como na qual já foi abordado, na espiritualidade não a religiosidade, mas na religião há espiritualidade, com isso é importante diferenciar esses dois conceitos, visto que a religião por sua vez, refere-se à prática e adesão a crenças e rituais vinculados a tradições religiosas organizadas; ambas influenciam diretamente a experiência do cliente e o ajustamento criativo no enfrentamento de desafios relacionados à saúde física e emocional. A espiritualidade pode ser compreendida como a busca individual por significado, conexão e transcendência, frequentemente associada a um senso de propósito de vida.

Sendo o ajustamento criativo a forma como o indivíduo se posiciona no aqui e agora para enfrentar as situações vividas e responder às demandas que se apresentam. No campo da Psicologia da Saúde, a espiritualidade e a religiosidade desempenham papéis significativos como recursos de enfrentamento (*coping*). Estudos apontam que essas dimensões ajudam na regulação emocional, na redução de ansiedade e depressão, além de promoverem resiliência e esperança. Na prática terapêutica, essas dimensões podem ser integradas de forma ética e contextualizada, ajudando o cliente a identificar maneiras de se ajustar e a construir um senso ampliado de autocuidado.

Em síntese, a integração da espiritualidade na Gestalt-Terapia amplia as possibilidades de desenvolvimento do self, ao considerar o ser humano em sua totalidade biopsicossocial e

espiritual. A espiritualidade é uma realidade que está no campo da pessoa. Faz parte dos seus elementos agregadores e fortificadores da personalidade. A visão de mundo e compreensão dos eventos, para muitas pessoas, está diretamente associada à concepção que têm da vida espiritual (Borges, 2020, p. 217).

Com isso a espiritualidade, vista como uma estratégia de ajustamento criativo permite ao indivíduo lidar com os desafios da vida de maneira mais integrada e profunda, ao facilitar o contato com o campo sacro-transcendental. Esse contato promove uma mudança que vai além do campo racional e emocional, impactando a subjetividade de forma plena e criando uma ponte para a autorregulação e o crescimento. Assim, a espiritualidade se torna um recurso para o enfrentamento e para a busca de sentido, oferecendo uma via de transformação que respeita a essência e a singularidade do ser humano em sua jornada de autodescoberta e de expansão existencial.

2.2.3 Estratégias Terapêuticas na Gestalt-Terapia para Promoção do Bem-Estar Psicológico

A Gestalt-Terapia propõe uma série de estratégias terapêuticas que visam promover o bem-estar psicológico ao facilitar o desenvolvimento do self e integrar a espiritualidade na experiência do cliente. O bem-estar psicológico é compreendido como um estado dinâmico de equilíbrio entre as necessidades internas do indivíduo e as demandas do ambiente, alcançado por meio de um contato genuíno e criativo com o mundo, esse conceito está intimamente ligado a vários aspectos centrais da abordagem, como o ajustamento criativo, o contato e a awareness (consciência). Na prática clínica, a Gestalt-terapia propõe-se a promover a autorregulação do organismo por meio da concentração na experiência presente do momento.

Com base no que foi feito a pesquisa é possível destacar quatro conceitos awareness, ajustamento criativo, contato e campo sacro-transcendental, conceitos esses explorados durante a pesquisa desenvolvida, utilizados na Gestalt-terapia e que possuem grande importância no desenvolvimento do self e na compreensão da integração referente à espiritualidade e como o fato de ter o conhecimento sobre esse campo sacro-transcendental abriu uma visão mais abrangente sobre o cliente e suas demandas dentro de suas experiências, e quando colocadas em prática, isso permite que o cliente se conecte diretamente com suas sensações, emoções e pensamentos, possibilitando que identifique de forma clara suas necessidades e reações.

Trazendo um pouco mais sobre o processo terapêutico, a prática da awareness permite ao cliente vivenciar o momento sem julgamentos ou distorções, compreendendo a própria experiência como uma totalidade integrada. A awareness, ou o dar-se conta pleno, é uma forma integrada e totalizante do resultado das variáveis presentes em dado campo e apreendidas pela consciência (Ribeiro, 2006, p. 91). A compreensão da awareness na Gestalt-Terapia vai além do entendimento puramente intelectual ou racional, envolvendo uma consciência que emerge do corpo e do contexto em que o indivíduo está inserido. Nesse sentido, a awareness se constitui como uma experiência sensível e corporal, em que o saber não se limita a uma apreensão objetiva e separada do sujeito, mas, sim, uma imbricação entre o indivíduo e o campo fenomenológico ao qual ele pertence. Essa perspectiva aponta para uma consciência enraizada no aqui e agora, onde o campo sustenta e direciona a percepção e a emergência de figuras significativas na experiência do sujeito.

Segundo Belmino (2020, p. 302);

Por isso não nos fixamos prioritariamente nos conteúdos, nosso papel não é o de esmiuçar significados ou buscar causas. Também o objetivo da psicoterapia não é o de destruir resistência e possibilitar a catarse. Menos ainda ampliar a racionalidade para tornar as pessoas mais adaptadas e controladas. O objetivo da psicoterapia gestáltica (principalmente quando falamos da clínica da neurose) é desenvolver a função ego, ou seja, desenvolver a capacidade de awareness como forma de implicação no campo. E isso só pode ser feito na atualidade da relação terapêutica, explorando o campo e permitindo que aquilo que está inibido, e que o corpo precisa depreender energia para controlar, se manifeste e que, então, possa-se olhar de frente para essas inibições e poder compreender como elas funcionam, ou seja, como nós funcionamos em nossas relações. A partir disso, vamos empreendendo pequenas manobras de ampliação da awareness para que possamos ampliar a percepção e a implicação do que se passa no campo.

Desta forma podemos destacar como a awareness está na base do processo do contato, sendo suporte para o processo de construção de uma figura no campo. Perls, Hefferline e Goodman (1997) apontam que o contato é awareness do campo ou resposta motora no campo, a resposta motora envolve uma atitude de ajustamento criativo, onde o corpo expressa as tensões, emoções ou impulsos presentes no campo, compreendida como um reflexo da conexão do indivíduo com o ambiente e ocorre de forma involuntária, muitas vezes revelando sentimentos, bloqueios ou necessidades que não são expressas verbalmente. Por exemplo, mudanças na postura, na expressão facial ou em gestos podem indicar uma resposta motora do campo, fornecendo ao terapeuta e ao cliente insights valiosos sobre o estado emocional e as relações interpessoais no processo terapêutico.

Assim, o processo de contato é compreendido como uma totalidade que envolve awareness e atividade motora, a partir da interação organismo-ambiente (Silva; Alvim, 2021). Na clínica gestáltica, a importância dos conceitos de awareness e contato reside no papel fundamental que eles desempenham na facilitação de uma experiência autêntica e integrada do cliente.

A awareness, como um estado de presença e sensibilidade ao campo, permite que o cliente se torne consciente das sensações, emoções e pensamentos emergentes, proporcionando uma base sólida para o contato genuíno com o terapeuta e consigo mesmo. Esse contato, por sua vez, não é apenas uma interação superficial, mas uma vivência profunda que ocorre no campo organismo-ambiente e envolve o corpo e o espaço compartilhado, permitindo ao cliente experimentar novas formas de ajustamento criativo e autorregulação. A prática clínica se torna, então, um espaço onde o cliente pode explorar e experimentar essas dinâmicas em um ambiente seguro, promovendo um processo de autodescoberta e crescimento, desenvolvendo mais e mais o self, pois como é citado por Belmino (2020, p. 10) o self se descentra num campo temporal agregando horizontes de passado e futuro num presente criativo e mutante, com suas fronteiras fluidas ora inundadas pela generalidade dos afetos, hábitos, cultura e história, ora se impondo como corpo transformador de seu mundo.

Nesse contexto, o ajustamento criativo emerge como um processo dinâmico e singular em que o cliente explora novas possibilidades de ação e expressão, respondendo às demandas do campo de maneira espontânea e autêntica. Essa adaptação flexível permite que o cliente mobilize seus recursos internos para lidar com desafios de forma inovadora, sem depender de padrões automáticos ou reações previsíveis. À medida que se abre para o presente com uma maior awareness, o cliente passa a reconhecer e a experimentar alternativas de contato mais satisfatórias, ajustando-se criativamente ao ambiente de acordo com suas necessidades e limites, em vez de se limitar a padrões rígidos e repetitivos, o ajustamento criativo possibilita a reorganização da experiência, ajudando o cliente a encontrar soluções e formas de ser que estejam em sintonia com seu momento atual.

O ajustamento criativo é a descrição desse processo temporal da experiência do campo que sempre busca o processo de desenvolvimento e criação, mas também de manutenção e adaptação do já dado, essa noção busca ampliar a compreensão da noção de autorregulação orgânica ou homeostase (Belmino, 2020, p. 109). A autorregulação é entendida como a capacidade do indivíduo de reconhecer e satisfazer suas necessidades de forma autêntica, através do contato e do ajustamento criativo no campo organismo-ambiente.

Na Gestalt-Terapia, o conceito de campo sacro-transcendental amplia a compreensão das experiências do cliente, incluindo elementos espirituais ou transcendentais que fazem parte de sua vivência subjetiva e relacional. Esse campo transcende a dimensão individual e interpessoal, incluindo aspectos de sentido, valores e conexão com algo maior que se manifestam na experiência do sujeito. Considerar o campo sacro-transcendental como parte do ajustamento criativo permite ao terapeuta acolher essas manifestações como importantes componentes do campo terapêutico, auxiliando o cliente a encontrar formas de integrar essas experiências em sua vida e trabalhar situações inacabadas que envolvem aspectos espirituais ou existenciais. Essa abordagem possibilita que o cliente explore temas como o perdão, a compaixão e a devoção de maneira significativa, promovendo um ajustamento criativo que respeita e integra essas dimensões no processo terapêutico.

Sendo um conceito útil para compreender a relação da Gestalt-terapia com a espiritualidade é o de situação inacabada. Situação Inacabada é uma das expressões mais conhecidas na Gestalt-terapia. Segundo Joyce (2014), situação inacabada “se refere a situações no passado, especialmente situações traumáticas ou difíceis, para as quais o cliente não obteve uma resolução satisfatória”. O trabalho do terapeuta será o de criar apoio para a expressão emocional, ação ou fechamento que irá permitir à pessoa seguir adiante. Na espiritualidade pessoas consideram situações inacabadas o fato de terem cometido erros morais, e esta situação sem fechamento acaba por roubar energia suficiente para que o sujeito não viva no momento presente. O fechamento de uma situação inacabada poderá ser o perdão dado e recebido, o encontro com Deus, a gratidão (louvor), a prática de uma devoção, a fé no sentido absoluto da vida, a prática da oração, a valorização do cotidiano, a compaixão, etc (Borges, 2020, p. 222).

Na Gestalt-Terapia, a prática de "ouvir" transcende a simples recepção de palavras, exigindo do terapeuta uma sensibilidade profunda e envolvimento ativo com o campo experiencial que emerge na relação terapêutica. Este ouvir requer um comprometimento em estar presente, disposto a captar não só o conteúdo verbal, mas também as expressões corporais, afetivas e até mesmo as nuances sutis do silêncio. A escuta, portanto, não é passiva, mas uma forma de "emprestar" a própria sensibilidade ao campo, permitindo que o sofrimento e as necessidades do cliente apareçam de maneira genuína e singular. Como Belmino (2020, p. 299) enfatiza,

O Gestalt-Terapeuta empresta sua sensibilidade ao campo atual, para que o que é inibido e não tem lugar, possa aparecer. Isso significa que nosso papel é dar suporte para o contato, possibilitar que esses afetos e fantasias que não têm lugar possam aparecer e serem acolhidos em sua singularidade. Por isso, é fundamental que a Gestalt-Terapeuta esteja atento ao que passa na experiência de campo, explorando aquilo que ela consegue captar da experiência do outro, mas, também, de sua própria experiência.

Essa abordagem reflete uma estratégia terapêutica onde o terapeuta se posiciona não como um solucionador, mas como um facilitador do processo de awareness (consciência), permitindo que o cliente experimente sua realidade sem pressa ou pressão para soluções imediatas. Na prática, isso significa sustentar a presença terapêutica e a intuição para "acompanhar" o cliente em vez de buscar interpretações apressadas ou respostas predefinidas. A Gestalt-Terapia, ao valorizar a interação e a co-construção, propõe que o terapeuta permaneça em uma postura de suporte, promovendo a autonomia do cliente para explorar e resignificar suas experiências. Como indica Belmino (2020), o terapeuta deve confiar no potencial de transformação que emerge do próprio campo, respeitando o ritmo e as necessidades do cliente sem impor um processo linear de cura ou bem-estar.

Esta sensibilidade ao campo implica em uma escuta plena, onde o terapeuta, ao se deixar afetar pelo cliente, não busca impor um caminho, mas sim abrir um espaço no qual a autenticidade possa emergir. Segundo Belmino (2020, p. 305), o lugar de interesse do terapeuta ajuda o cliente a reestabelecer seu lugar de humanidade e de legitimidade de seu sofrimento e situação de desespero. Essa postura receptiva facilita a auto-regulação do cliente, pois a presença do terapeuta, permite que o indivíduo explore seu próprio campo experiencial sem medo de julgamentos ou pressões externas.

Além disso, o ouvir na Gestalt-Terapia é uma estratégia que promove o ajustamento criativo, conceito explorado anteriormente, que pressupõe que o cliente, ao explorar suas possibilidades de ser e agir encontra modos novos e autênticos de estar no mundo. Esse processo se dá de maneira orgânica e colaborativa, permitindo que as experiências de awareness (consciência) ocorram a partir do contato entre terapeuta e cliente. No campo sensível criado por essa escuta atenta, o terapeuta não apenas reconhece a singularidade do outro, mas também amplia as possibilidades de intervenção terapêutica sem forçar uma direção específica. A escuta, nesse sentido, torna-se um espaço seguro para o cliente experienciar e reconfigurar sua própria realidade, contribuindo para a promoção de seu bem-estar psicológico e autorregulação emocional, aspectos fundamentais da abordagem gestáltica.

Em conclusão, a Gestalt-Terapia, ao integrar conceitos como awareness, contato, ajustamento criativo e campo sacro-transcendental, apresenta uma abordagem que vai além da psicoterapia tradicional, promovendo uma experiência terapêutica abrangente que contempla o indivíduo em suas diversas dimensões: física, emocional, relacional e espiritual. Esses conceitos fundamentam práticas clínicas que facilitam o autoconhecimento, a autorregulação e o desenvolvimento do self, ao mesmo tempo em que possibilitam a exploração de temas espirituais e existenciais de forma respeitosa e significativa. A ênfase na awareness e no

contato permite ao cliente acessar suas experiências de maneira integrada e sensível, proporcionando uma conexão genuína com o momento presente e com seu ambiente.

A prática terapêutica se torna, assim, um espaço de transformação, onde o cliente pode revisitar situações inacabadas, acessar o campo sacro-transcendental de sua experiência e construir novos ajustamentos criativos, promovendo o crescimento pessoal e a reconciliação com aspectos profundos de sua existência, compreendendo que o bem-estar psicológico na Gestalt-Terapia é visto como um processo contínuo de integração, crescimento e autorregulação. Ele não é um estado fixo, mas um equilíbrio dinâmico, alcançado por meio do contato genuíno e da consciência plena no aqui e agora. Logo essa abordagem considera o indivíduo como um ser total, cuja saúde psicológica depende de sua capacidade de responder criativamente aos desafios e oportunidades do ambiente. Dessa forma, a Gestalt-Terapia reafirma seu compromisso com o cuidado integral do ser humano, valorizando a espiritualidade como também sendo parte dos componentes importantes para o bem-estar e a plenitude do cliente em sua jornada de autodescoberta.

3 CONSIDERAÇÕES FINAIS

A presente pesquisa reafirma a relevância da Gestalt-Terapia como uma abordagem terapêutica que transcende o modelo clínico tradicional ao valorizar o ser humano em sua integralidade, incluindo as dimensões física, emocional, relacional e espiritual. Ao integrar a espiritualidade e o desenvolvimento do self, a Gestalt-Terapia possibilita um espaço de contato profundo e autêntico, onde o cliente tem a oportunidade de explorar aspectos existenciais e transcendentais que enriquecem o processo terapêutico.

A prática de awareness, central na abordagem gestáltica, não só favorece a percepção sensível e corporal, como também permite uma imbricação entre o cliente e seu campo fenomenológico, promovendo um saber que emerge da experiência vivida no aqui e agora. Este processo proporciona uma base sólida para o ajustamento criativo, permitindo ao cliente adaptar-se de forma consciente e integrada às demandas do ambiente. O campo sacro-transcendental, entendido como uma dimensão espiritual de transcendência e sentido, oferece suporte para que o cliente entre em contato com elementos que contribuem para a resignificação de situações inacabadas e o fortalecimento do self.

A Gestalt-Terapia, ao considerar a espiritualidade como um elemento central no ajustamento criativo e na autorregulação, abre novas perspectivas de enfrentamento e crescimento pessoal. Esse enfoque promove uma vivência terapêutica que se constitui como

uma ferramenta eficaz para o bem-estar psicológico, facilitando ao cliente a exploração de seu potencial de autodescoberta e expansão. Em última análise, esta pesquisa contribui para o campo da psicoterapia ao destacar a relevância em considerar a espiritualidade como um aspecto estruturante do self, promovendo uma experiência de transformação e desenvolvimento pessoal que engloba todas as facetas da existência humana.

REFERÊNCIAS

- BELMINO, Marcus Cézar de Borba.** *Gestalt-Terapia e Experiência de Campo: dos fundamentos à prática clínica*. 1. ed. Jundiaí: Paco Editorial, 2020.
- BORGES, A. A espiritualidade na Gestalt-terapia como estratégia de ajustamento criativo. **Revista Encontros Teológicos**, v. 35, n. 1, 30 abr. 2020.
- CAMPOS, A. F.; RIBEIRO, J. P. Psicoterapia e espiritualidade: da gestalt-terapia à pesquisa contemporânea. **Revista da Abordagem Gestáltica**, v. 23, n. 2, p. 211–218, 2017.
- FRAZÃO, L. M. **Psicologia USP**, v. 6, n. 2, p. 144–149, 1995. Disponível em: <https://pepsic.bvsalud.org/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1678-51771995000200011>. Acesso em: 12 set. 2024.
- GIL, Antonio Carlos.** *Métodos e técnicas de pesquisa social*. 6. ed. São Paulo: Atlas, 2008. Disponível em: [gil-a-c-mc3a9todos-e-tc3a9nicas-de-pesquisa-social.pdf](#). Acesso em: 20 nov. 2024.
- GINGER, S. **Gestalt: uma terapia do contato**. [s.l.] Summus Editorial, 1995.
- MACEDO, L. S. R. DE; SILVEIRA, A. DA C. DA. Self: um conceito em desenvolvimento. **Paidéia (Ribeirão Preto)**, v. 22, n. 52, p. 281–290, ago. 2012.
- MARCONI, Marina de Andrade; LAKATOS, Eva Maria.** *Metodologia científica*. 7. ed. São Paulo: Atlas, 2017. Disponível em: [LAKATOS - MARCONI - FUNDAMENTOS DE METODOLOGIA CIENTIFICA.pdf](#). Acesso em: 20 nov. 2024.
- NETO, J. R.; MATTOS, A. A PSICOSSOMÁTICA E A GESTALT-TERAPIA: DIÁLOGOS COMPLEMENTARES NA COMPREENSÃO DO ADOECIMENTO. **CADERNOS DE PSICOLOGIA**, v. 3, n. 5, 2 mar. 2021.
- PERLS, F.; HEFFERLINE, R.; GOODMAN, P. (1997). **Gestalt- -terapia**. Rio de Janeiro: Summus.
- PINTO, Ê. B. **Espiritualidade e Religiosidade: Articulações**. Disponível em: <https://www.pucsp.br/rever/rv4_2009/t_brito.pdf>. Acesso em: 23 out. 2024.
- RIBEIRO, J. P. **Vade-mécum de gestalt-terapia**. [s.l.] Summus Editorial, 2006.
- SANTOS, M. A. DOS et al. Psicoterapia de abordagem gestáltica: um olhar reflexivo para o modelo terapêutico. **Psicologia Clínica**, v. 32, n. 2, p. 357–386, 1 ago. 2020.
- SEVERINO, Antonio Joaquim.** *Metodologia do trabalho científico*. 23. ed. São Paulo: Cortez, 2007. Disponível em: [SEVERINO_Metodologia_do_Trabalho_Cientifico_2007.pdf](#). Acesso em: 20 nov. 2024.
- SILVA, T. C. D. DA; ALVIM, M. B. Gestalt-Terapia e Daniel Stern: Dialogando sobre a Relevância da Corporeidade e da Dimensão Afetiva na Psicoterapia. **ESTUDOS**

FENOMENOLÓGICOS - Revista da Abordagem Gestáltica, v. 27, n. 3, p. 316–327, 2021.

TENÓRIO, C. M. D. As psicopatologias como distúrbios das funções do self: uma construção teórica na abordagem gestáltica. **PHENOMENOLOGICAL STUDIES - Revista da Abordagem Gestáltica**, v. 18, n. 2, p. 224–232, 2012.