Flávio Aparecido de Almeida
Vinícius Rodrigues Arruda Pinto
(Orgs.)

INOVAÇÕES EM PSICOLOGIA

INTERVENÇÕES BASEADAS EM EVIDÊNCIAS

científica digital

EDITORA CIENTÍFICA DIGITAL LTDA
Guarujá - São Paulo - Brasil
www.cientificadigital.org - contato@cientificadigital.org

Diagramação e Arte	**Edição © 2025 Editora Científica Digital**
Equipe Editorial	**Texto © 2025 Os Autores**
Imagens da Capa	**1ª Edição - 2025**
Adobe Stock - 2025	**Acesso Livre - Open Access**

© COPYRIGHT - TODOS OS DIREITOS RESERVADOS. A editora detém os direitos autorais sobre a edição e o projeto gráfico, enquanto os autores mantêm os direitos autorais de seus respectivos textos. Esta obra está licenciada sob a Licença Creative Commons Atribuição 4.0 Internacional, permitindo o download e compartilhamento integral ou parcial, desde que a fonte seja devidamente citada e os créditos atribuídos aos autores. É obrigatório que a obra permaneça em formato de Acesso Livre (Open Access), sem qualquer alteração. A catalogação em plataformas de acesso restrito ou com fins comerciais é estritamente proibida.

Dados Internacionais de Catalogação na Publicação (CIP)

I58 Inovações em psicologia: intervenções baseadas em evidências / Organização de Flávio Aparecido de Almeida, Vinícius Rodrigues Arruda Pinto. – Guarujá-SP: Científica Digital, 2025..

Formato: PDF
Requisitos de sistema: Adobe Acrobat Reader
Modo de acesso: World Wide Web
Inclui Bibliografia
ISBN 978-65-5360-951-8
DOI 10.37885/978-65-5360-951-8

1. Psicologia. I. Almeida, Flávio Aparecido de (Organizador). II. Pinto, Vinícius Rodrigues Arruda (Organizador). III. Título.

CDD 150

Elaborado por Janaína Ramos – CRB-8/9166

Índice para catálogo sistemático:
I. Psicologia

E-BOOK
ACESSO LIVRE ON LINE - IMPRESSÃO PROIBIDA
2025

Flávio Aparecido de Almeida
Vinícius Rodrigues Arruda Pinto
(Orgs.)

Inovações em Psicologia: Intervenções Baseadas em Evidências

1ª EDIÇÃO

científica digital

2025 - GUARUJÁ - SP

CONSELHO EDITORIAL

Prof. Dr. André Cutrim Carvalho
Prof. Dr. Antônio Marcos Mota Miranda
Profª. Ma. Auristela Correa Castro
Prof. Dr. Carlos Alberto Martins Cordeiro
Prof. Dr. Carlos Alexandre Oelke
Profª. Dra. Caroline Nóbrega de Almeida
Profª. Dra. Clara Mockdece Neves
Profª. Dra. Claudia Maria Rinhel-Silva
Profª. Dra. Clecia Simone Gonçalves Rosa Pacheco
Prof. Dr. Cristiano Marins
Profª. Dra. Cristina Berger Fadel
Prof. Dr. Daniel Luciano Gevehr
Prof. Dr. Diogo da Silva Cardoso
Prof. Dr. Ernane Rosa Martins
Prof. Dr. Everaldo dos Santos Mendes
Prof. Dr. Fabricio Gomes Gonçalves
Profª. Dra. Fernanda Rezende
Prof. Dr. Flávio Aparecido de Almeida
Profª. Dra. Francine Náthalie Ferraresi Queluz
Profª. Dra. Geuciane Felipe Guerim Fernandes
Prof. Dr. Humberto Costa
Prof. Dr. Joachin Melo Azevedo Neto
Prof. Dr. Jónata Ferreira de Moura
Prof. Dr. José Aderval Aragão
Prof. Me. Julianno Pizzano Ayoub
Prof. Dr. Leonardo Augusto Couto Finelli
Prof. Dr. Luiz Gonzaga Lapa Junior
Prof. Me. Marcelo da Fonseca Ferreira da Silva
Profª. Dra. Maria Cristina Zago
Profª. Dra. Maria Otília Zangão
Prof. Dr. Mário Henrique Gomes
Prof. Dr. Marcus Fernando da Silva Praxedes
Prof. Dr. Nelson J. Almeida
Prof. Dr. Pedro Afonso Cortez
Prof. Dr. Reinaldo Pacheco dos Santos
Prof. Dr. Rogério de Melo Grillo
Profª. Dra. Rosenery Pimentel Nascimento
Prof. Dr. Rossano Sartori Dal Molin
Prof. Me. Silvio Almeida Junior
Profª. Dra. Thays Zigante Furlan Ribeiro
Prof. Dr. Wescley Viana Evangelista
Prof. Dr. Willian Carboni Viana
Prof. Dr. Willian Douglas Guilherme

Acesse a lista completa dos Membros do Conselho Editorial em www.editoracientifica.com.br/conselho

Parecer e revisão por pares

Os textos que compõem esta obra passaram por avaliação do Conselho Editorial e revisão por pares externos *(Peer Review)*, recebendo a devida recomendação para publicação.

Nota: Esta obra é fruto de um processo colaborativo, configurando-se como uma coletânea na qual os direitos autorais permanecem resguardados para os respectivos autores. Alguns capítulos podem ter origem em trabalhos anteriormente apresentados em eventos acadêmicos; no entanto, os autores foram orientados a adotar o devido rigor na prevenção do autoplágio. A responsabilidade pelo conteúdo de cada capítulo, assim como pela originalidade e integridade das informações publicadas, é inteiramente dos respectivos autores e autoras. O conteúdo da obra não reflete, necessariamente, a opinião da editora, dos organizadores ou dos membros do conselho editorial.

APRESENTAÇÃO

Esta obra é fruto de um esforço colaborativo que reuniu professores, estudantes e pesquisadores cujo envolvimento enriqueceu significativamente as discussões neste espaço formativo. Além disso, resulta de iniciativas interinstitucionais e ações voltadas ao incentivo à pesquisa, congregando especialistas de diversas áreas do conhecimento, vinculados a Instituições de Educação Superior, públicas e privadas, em âmbito nacional e internacional.

Seu principal objetivo é fortalecer a integração entre instituições, tanto no Brasil quanto no exterior, por meio de redes de pesquisa comprometidas com a formação continuada de profissionais da educação. Para isso, busca-se a produção e a ampla disseminação do conhecimento em distintas áreas do saber.

Expressamos nossa profunda gratidão aos autores pelo empenho, comprometimento e dedicação na concepção e finalização desta obra. Esperamos que ela se consolide como um recurso didático-pedagógico valioso, atendendo às necessidades de estudantes, docentes de todos os níveis de ensino e demais interessados na temática.

Flávio Aparecido de Almeida

Vinícius Rodrigues Arruda Pinto

SUMÁRIO

Capítulo 01

A INFLUÊNCIA DA ANÁLISE COMPORTAMENTAL NA MORALIDADE E NAS NORMAS JURÍDICAS: IMPLICAÇÕES PARA O COMPORTAMENTO SOCIAL E A PSICOLOGIA JURÍDICA

Samily Moreira da Silva; William Almeida Lins

10.37885/250318988 8

Capítulo 02

A LIGA ACADÊMICA DE PSICOLOGIA COMPORTAMENTAL COMO UMA PROMOTORA DE UMA PSICOLOGIA BASEADA EM EVIDÊNCIAS NO BRASIL: RELATO DE EXPERIÊNCIA

Daniel Avancini Sobreira; Dara Guaitolini; Ludmila de Martin Rolla; Amanda Lopes Ribeiro da Costa; Camilo Nardi; Helena Lamborghini Pagel; Natalya Galon Alves Pereira; Pedro Paulo Coutinho Toribio

10.37885/250419118 28

Capítulo 03

AMPLIAÇÃO DA CONSCIÊNCIA NO *SET* AUDIOVISUAL COM PROTAGONISTAS AMADORES: PERSPECTIVAS GESTÁLTICAS

Josias Ricardo Hack

10.37885/250419221 57

Capítulo 04

INTRODUÇÃO E DEMARCAÇÃO DA PSICOLOGIA NA ESCOLA ATRAVÉS DE PROJETOS PEDAGÓGICOS

Railda Wanessa de Souza Santos; Fernando Soares de Almeida; Simone de Sousa Barbosa e Silva; Iara de Sousa Barbosa

10.37885/250419271 98

Capítulo 05

O INCONSCIENTE NA ERA DIGITAL: PSICANÁLISE E OS DESAFIOS DA SAÚDE MENTAL HIPERCONECTADA

Ricardo Furtado Rodrigues

10.37885/250118755 112

Capítulo **06**

PSICANÁLISE E TERAPIAS ONLINE: DESAFIOS, VANTAGENS E CONTRIBUIÇÕES NO CONTEXTO DA SAÚDE MENTAL DIGITAL

Ricardo Furtado Rodrigues

10.37885/250118754 123

SOBRE OS ORGANIZADORES 143

ÍNDICE REMISSIVO 144

03

AMPLIAÇÃO DA CONSCIÊNCIA NO *SET* AUDIOVISUAL COM PROTAGONISTAS AMADORES: PERSPECTIVAS GESTÁLTICAS

Josias Ricardo Hack
Universidade Federal de Santa Catarina (UFSC)

Texto readaptado de dois artigos distintos e publicados nas Revista IGT na Rede (ISSN 1807-2526) e Id Online (ISNN 1981-1179). O primeiro texto (HACK, 2020a) apresenta uma revisão historiográfica dos pressupostos teóricos da proposta e o segundo artigo (HACK, 2020b) apresenta a técnica desenvolvida a partir do estudo bibliográfico. A versão atual, em formato de capítulo de livro, foi readaptada e revisada com o intuito de incrementar e ampliar as reflexões originais para além do set de produção de audiovisuais educativos.
Oferecimento de obra científica e/ou literária com autorização do(s) autor(es) conforme art. 5o, inc. I, da Lei de Direitos Autorais - Lei n. 9.610/98.

doi 10.37885/250419221

RESUMO

O capítulo de livro apresenta um estudo teórico e histórico da prática psicoterapêutica pensada por Fritz Perls e colaboradores com vistas a identificar possíveis transposições ao contexto de gravação de audiovisuais com protagonistas amadores. Na primeira seção, destaco alguns aspectos teóricos e históricos da prática psicoterapêutica pensada por Fritz Perls e colaboradores. Na segunda seção, enuncio algumas possíveis transposições daquilo que acontece no *setting* terapêutico para o *set* de rodagem de um audiovisual. Na terceira seção, explicito as quatro categorias (figura/fundo; autorregulação organísmica; holismo; aqui e agora) que fundamentam a proposta de ampliação da consciência no *set* de filmagem e seu ancoradouro na abordagem gestáltica. Na quarta seção, apresento uma sugestão de técnica para a interação entre o diretor de cena e o protagonista amador durante a filmagem de um documentário ou outra peça que envolva atores amadores que, por ventura, se intimidem diante da câmera.

Palavras-chave: abordagem gestáltica; audiovisual; protagonista amador; ampliação da consciência.

INTRODUÇÃO

Protagonistas amadores de produtos audiovisuais como documentários frequentemente apresentam dificuldade de espontaneidade diante das câmeras em um *set* de filmagem. Tal aspecto, inclusive, pode comprometer a autenticidade de filmes não ficcionais. A hipótese que defendo no presente capítulo aponta à possibilidade de transposição daquilo que acontece entre terapeuta e consulente no *setting* terapêutico àquilo que acontece entre diretor de cena e protagonista amador no *set* de gravação audiovisual. Sendo assim, o leitor encontrará, aqui, o relato de um estudo que pode gerar impacto real em ambientes de gravação que trabalham com atores amadores ao oferecer ferramentas psicológicas, inspiradas em técnicas da Gestalt-Terapia, que visam ampliar a consciência e melhorar a ação espontânea e autêntica das atuações.

O texto reflete parte de minha investigação no estágio de pós-doutorado sênior realizado junto ao CPUP – Centro de Psicologia da Universidade do Porto –, em Portugal, sob a supervisão da professora doutora São Luís Castro. O objetivo inicial da pesquisa era propor referenciais teóricos e fundamentos técnicos para a identificação e análise semiótica de signos corporais potencializadores da aprendizagem via materiais audiovisuais. As questões motivadoras eram:

- Existem signos corporais potencializadores da atividade mental/corporal em um processo de aprendizagem que se utiliza de recursos em áudio e vídeo?
- Como tais signos corporais são representados?
- Existe correlação entre determinada atividade mental/corporal de aprendizagem e certo afeto/emoção representado em um signo corporal em materiais produzidos para videodifusão educativa?

A motivação partia da hipótese de que existem signos corporais manifestados pelos protagonistas de um audiovisual que podem potencializar certas atividades mentais propícias ao processo educativo. Afinal, a aprendizagem envolve afeto e, consequentemente, a afetação levará o organismo a atos psicológicos/biológicos de adaptação ao ambiente. Em exemplificação, quando o ato de aprender acontece via múltiplas tecnologias, como na Educação a Distância, o afeto pode ser diferenciado daquele que ocorre em contatos face-a-face

ISBN 978-65-5360-951-8 - Vol. 1 - Ano 2025 - www.editoracientifica.com.br

(HACK, 2017). Inclusive, uma pessoa pode escolher se afetar o menos possível, envolvendo-se no curso dentro do limite mínimo, pois o seu intuito com aquela formação a distância é apenas o diploma. Isso significa que a expectativa de afetar os estudantes de determinada forma e provocar o mesmo resultado em todos os espectadores sempre será uma fantasia e consequentemente se frustrará, pois não se sabe com clareza como uma atividade didática afetará o outro ou qual ação resultará do afeto.

Quando a investigação no CPUP foi projetada, almejava-se encontrar uma estratégia metodológica que auxiliasse os pesquisadores e produtores de recursos educativos na interpretação da dinâmica corpo/mente em processos de aprendizagem com materiais produzidos para videodifusão. O intuito era auxiliar na identificação de como são orientados e expressos os signos corporais em audiovisuais para, então, estudar a correlação entre certo signo corporal explícito em um audiovisual e alguma atividade mental/corporal propícia à aprendizagem. Com isso, intentava-se que, ao final, fosse possível elucidar se certos signos corporais produzidos pelo professor ou pelo elenco de um filme educativo poderiam potencializar a aprendizagem.

A Psicologia da Gestalt[1] (*Gestalt Psychology*) se apresentava como uma real possibilidade à concretização do intuito projetado por ser uma área que se debruça sobre a percepção humana e sobre a forma. Tais estudos de psicologia experimental reportam-se à Alemanha do início do século XX, quando Max Wertheimer dedicou-se a entender a relação entre os sistemas de visão humana e o mundo visual percebido para constituir a base de como os seres humanos agrupam elementos de imagem (pontos, curvas, etc.) na percepção visual. Desde as pesquisas realizadas por Wertheimer e, logo na sequência, por Kurt Koffka e Wolfgang Kohler, a Psicologia da Gestalt buscava estabelecer os fundamentos por trás da capacidade de adquirir e manter percepções em um mundo aparentemente caótico. Para tanto, pautava-se no princípio de que a mente humana, ao receber as informações dos cinco sentidos que captam dados externos, formava um todo global com tendências auto-organizadas.

1 Algumas possíveis aproximações de tradução da palavra alemã Gestalt seriam: figura, configuração, estrutura, tema,todo organizado e significativo.

Exemplificativamente, a visão perceberá os elementos geométricos que compõe uma imagem de forma integral em vez de percebê-los como uma coleção de peças individuais. Quando o sistema perceptivo enviar os dados sensoriais à mente, que as transformará em imagem mental, o todo dessa imagem será visto como independente das partes. Ou, em paráfrase à célebre frase que distingue a Psicologia da Gestalt: o todo é diferente da soma das partes.

As investigações enunciadas pela Psicologia da Gestalt (Wertheimer, 1938; Koffka, 1935; Lewin, 1936) foram bem recebidas em áreas como a Publicidade, o Design e a Arquitetura. Tal receptividade tem originado pesquisas sobre os princípios que regem a formação de imagens totais no cérebro a partir da percepção sensorial de elementos distintos, por exemplo, em um anúncio publicitário. A título de ilustração, citamos alguns princípios que os estudos em Psicologia da Gestalt elencam:

- Segregação – a mente tende a perceber e hierarquizar informações distintas em um todo. Ou seja, um determinado elemento do todo poderá ter mais destaque por causa de sua cor, textura, etc.;
- Semelhança – o agrupamento de itens que se assemelham é uma tendência da mente humana. Se uma dada quantidade de objetos em uma cena possui semelhança, como consequência, serão percebidos como uma totalidade;
- Proximidade – implica em que objetos próximos tendem a ser organizados, na mente da pessoa, como um todo. Por esse princípio, facilmente interpreta-se um número de pessoas em sequência como sendo uma fila de espera;
- Simplicidade – há a tendência mental de perceber os objetos da forma mais simples possível. Como consequência, a mente poderá ignorar certos elementos rebuscados de um todo para lhe conferir simplicidade;
- Fechamento – a percepção visual de certos objetos agrupados chega à mente como um todo. Isso quer dizer que as pessoas tendem a ignorar ou completar mentalmente vazios, contornos e outros elementos em uma imagem.

Entretanto, durante o desenvolvimento da investigação, minha identificação pessoal com os preceitos defendidos por Fritz Perls levou-me a priorizá-los em

ISBN 978-65-5360-951-8 - Vol. 1 - Ano 2025 - www.editoracientifica.com.br

relação àqueles enunciados pela Psicologia da Gestalt. Apesar da controvérsia existente sobre a figura de Perls e algumas de suas técnicas, parecia-me que seu pensamento poderia trazer elementos à discussão do discurso sem palavras produzido pelo corpo do professor no momento da gravação de um audiovisual. Aqui, também é importante ressaltar que Fritz Perls e sua esposa Laura Posner Perls tiveram uma profunda influência da Psicologia da Gestalt. Laura foi aluna de Max Wertheimer e Adhemar Gelb. Fritz trabalhou por um ano com Kurt Goldstein (1939), um adepto da Psicologia da Gestalt que investigava os efeitos de lesões cerebrais na forma de perceber a realidade e propôs a Teoria Organísmica. Fritz Perls também se interessou pela Teoria de Campo, sistematizada na Psicologia da Gestalt por Kurt Lewin (1936), que defendia a concepção contextualizada de campo. Mas, assim como ocorreu com outros pressupostos teóricos, Perls fez uma apropriação original do conceito ao contexto de criação da Gestalt-Terapia. Dessarte, após o realinhamento de meus estudos à abordagem gestáltica esboçada por Fritz Perls, redirecionei meu rumo de investigação à pessoa integral do professor no aqui e agora do ato de filmagem, instância na qual emergem diferentes figuras/fundo.

Dessa forma, pela releitura dos livros de autoria de Fritz Perls e de outros autores fundantes da Gestalt-Terapia, identifiquei a possibilidade de fazer certa transposição da relação entre terapeuta e consulente no *setting* terapêutico para a relação entre diretor de cena e professor no *set* de gravação. Para clarificar minha intenção transpositiva, cito a seguinte frase: "Um bom terapeuta (*diretor de cena*) não escuta o conteúdo do bláblábla que o paciente (*professor*) produz, mas o som, a música, as hesitações. (...). A comunicação real está além das palavras" (PERLS, 1977, p.81). Os termos entre parênteses e em itálico são um exemplo da transposição que imagino ser possível propor como técnica[2] em busca da espontaneidade e autenticidade do protagonista amador diante da câmera. Mesmo que inicialmente as minhas reflexões tenham se voltado pontualmente ao contexto de filmagem de audiovisuais educativos, tendo o professor como a pessoa sobre a qual versei, no presente capítulo ampliarei

2 A palavra "técnica" será utilizada como sinônimo do conjunto de procedimentos utilizados à execução de uma atividade artística ou ciência.

a quaisquer atores amadores que nunca estiveram em um *set* de rodagem ou que, por ventura, se intimidem diante do olho da câmera.

O texto desenvolve-se em quatro seções. Na primeira, destaco alguns aspectos teóricos e históricos da prática psicoterapêutica pensada por Fritz Perls e colaboradores. Na segunda seção, enuncio algumas possíveis transposições daquilo que acontece no *setting* terapêutico para o *set* de gravação de um audiovisual. Na terceira seção, explicito as quatro categorias (figura/fundo; autorregulação organísmica; holismo; aqui e agora) que fundamentam a proposta de ampliação da consciência no *set* e seu ancoradouro na Gestalt-Terapia de Fritz Perls. Na quarta seção, apresento uma sugestão de técnica para a interação entre o diretor de cena e o protagonista amador durante a filmagem de um documentário ou outra peça que envolva atores amadores que, por ventura, se intimidem diante do olhar da câmera.

Para concluir esta introdução, esclareço que a eleição das palavras setting e set intenciona distinguir dois espaços com características distintas: 1) a palavra "setting", utilizada com o adjetivo "terapêutico", significará a configuração do espaço terapêutico, com características de ambiente seguro, confortável e propício à interação espontânea; 2) a palavra "set", utilizada com o adjetivo "audiovisual", significará o cenário do espaço de filmagem, com características de ambiente de trabalho intenso, rápido, organizado, repleto de aparelhos e acessórios de gravação, ou seja, propício à direção de uma cena de documentário, por exemplo. Em minhas transposições, nas seções seguintes, irei sugerir que algumas características da configuração fluida encontrada no espaço terapêutico possam ser transpostas ao cenário rígido de filmagem.

FUNDAMENTOS NA ABORDAGEM GESTÁLTICA

A primeira seção objetiva apresentar uma retrospectiva histórica do surgimento de alguns fundamentos teóricos da Gestalt-Terapia. Para tanto, o ancoradouro será, exclusivamente, os livros que tiveram a participação direta de Fritz Perls, pois é a proposta de técnica psicoterapêutica específica desse autor que me interessa. Para tanto, a base bibliográfica da seção se restringe às seguintes obras solo e em parceria:

ISBN 978-65-5360-951-8 - Vol. 1 - Ano 2025 - www.editoracientifica.com.br

- *Ego, Fome e Agressão: uma revisão da teoria e do método de Freud* – obra teórica escrita por Perls e publicada pela primeira vez em 1942;
- *Gestalt-Terapia* – obra fundante escrita por Perls, Hefferline e Goodman, publicada pela primeira vez em 1951;
- *Gestalt-Terapia explicada* – obra que transcreve palestras e sessões filmadas com a participação de Perls, que expõe as principais concepções teóricas e técnicas do autor. A primeira publicação do livro foi em 1969;
- *Escarafunchando Fritz: dentro e fora da lata de lixo* – obra autobiográfica escrita por Perls e publicada pela primeira vez em 1969;
- *A abordagem gestáltica e testemunha ocular da terapia* – obra publicada postumamente, em 1973, que contém os últimos escritos de Perls, bem como a transcrição de trechos de filmes com ensinos do autor;
- *Isto é Gestalt* – coletânea de textos de vários gestalt-terapeutas, organizada por John Stevens, que conta com sete artigos de Perls, escritos nas décadas de 1950 e 1960. A primeira publicação do livro foi em 1975.

Friedrich Salomon Perls, ou simplesmente Fritz Perls, foi um dos criadores e, talvez, a pessoa mais mencionada e polêmica quando se fala de Gestalt-Terapia. Perls nasceu no dia 8 de julho de 1893, na cidade de Berlin (Alemanha) e faleceu no dia 14 de março de 1970 na cidade de Chicago (Estados Unidos). Perls iniciou sua prática psicoterapêutica como psicanalista e em 1934, após vários anos de supervisão com Otto Fenichel, Karen Horney e Wilhelm Reich, foi morar na África do Sul, onde se estabeleceu como analista e fundador do Instituto Sul-Africano de Psicanálise. Contudo, em 1936 acontece o primeiro choque entre as ideias de Perls e o pensamento psicanalítico, mais especificamente, quando ele apresenta um trabalho intitulado "Resistências Orais", no Congresso Internacional realizado na cidade de Praga, na Checoslováquia. Nos anos seguintes, Perls iniciou o desenvolvimento de sua própria concepção teórica e técnica do processo terapêutico, a partir de influências recebidas do

filósofo Salomon Friedlaender[3], do neurologista Kurt Goldstein[4], do psicanalista Wilhelm Reich[5], do intelectual e estadista Jan Cristiaan Smuts[6] e de alguns pensadores da Psicologia da Gestalt, como Max Wertheimer[7]. Como consequência, em 1942, Perls publica a primeira edição do livro *Ego, Fome e Agressão: uma revisão da teoria e do método de Freud*. A ideia central da obra se baseia na teoria de que "o organismo se esforça pela manutenção de um equilíbrio que é continuamente alterado pelas suas necessidades, e recuperado por sua satisfação ou eliminação" (Perls, 1942/2002, p.39).

Na década de 1940, Perls estava cada vez mais convencido de que a agressão era uma função biológica, pois, por exemplo, "agredimos" uma fruta e a trituramos em nossa boca para que ela possa servir de alimento. Então, para fazer sua proposição e retirar da agressão a conotação de "instrumento da insanidade coletiva", Perls se ancora na teoria do ponto-zero de Friedlaender: todo evento possui um ponto de equilíbrio a partir do qual ocorre a diferenciação em opostos que possuem afinidade entre si. A ideia de Friedlaender sustenta que a permanência atenta no ponto-zero possibilita o desenvolvimento da

3 Sobre o pensamento de Friedlaender, Perls escreve: "não existe a chamada ciência objetiva, e, como todo escritor tem algum ponto de vista subjetivo, todo livro deve depender da mentalidade do escritor. Em psicologia, mais do que em qualquer outra ciência, observador e fatos observados são inseparáveis. A orientação mais conclusiva deve ser obtida se pudermos encontrar um ponto a partir do qual o observador possa alcançar a visão mais abrangente e não distorcida. Acredito que tal ponto de vista tenha sido descoberto por S. Friedlaender" (PERLS, 1942/2002, p.45-46).

4 Sobre o pensamento de Goldstein, Perls escreve: "Ao professor K. Goldstein devo meu primeiro contato com a psicologia da gestalt. Infelizmente, em 1926, quando trabalhava sob sua orientação no Instituto Neurológico de Frankfurt, eu ainda estava preocupado demais com a abordagem psicanalítica ortodoxa para assimilar mais do que uma fração do que me era oferecido" (PERLS, 1942/2002, p.38).

5 Sobre o pensamento de Reich, Perls escreve: "Sobre o fenômeno da ansiedade, pretendi demonstrar as grandes mudanças na teoria e na prática, que foram as consequências de alterações aparentemente pequenas da regra básica da teoria de Freud. Mas elas também envolvem um desvio da técnica de 'associações livres' para uma 'terapia de concentração', a qual foi iniciada por W. Reich, e que estou tentando desenvolver sistematicamente" (PERLS, 1942/2002, p.130).

6 Sobre o pensamento de Smuts, Perls escreve: "Holismo (totalidade) é o termo cunhado pelo marechal de campo Smuts (Holism and evolution, 1926) para uma atitude que compreende que o mundo consiste per se não apenas em átomos, mas em estruturas que têm um significado diferente da soma de suas partes. A mera mudança da posição de uma simples peça num jogo de xadrez poderia significar toda diferença entre vencer e perder" (PERLS, 1942/2002, p.63).

7 Perls dedica seu primeiro livro à memória de Wertheimer e na mesma obra escreve: "Wertheimer formula a teoria da gestalt desta maneira: 'existem totalidades cujo comportamento não é determinado pelo [comportamento] de seus elementos individuais, mas onde os processos parciais são determinados pela natureza intrínseca dessas totalidades. A esperança da teoria da gestalt é determinar a natureza de tais totalidades'" (PERLS, 1942/2002, p.61).

ISBN 978-65-5360-951-8 - Vol. 1 - Ano 2025 - www.editoracientifica.com.br

habilidade criativa para a visualização de ambos os lados de uma ocorrência. Para Perls (1942/2002), tal atitude evita uma perspectiva unilateral ao possibilitar a conscientização ampliada da estrutura e função organísmicas. Segundo o autor é possível evitar muitos equívocos oriundos de uma perspectiva isolacionista ao se manter atento à totalidade do contexto em que o fenômeno que se observa está inserido.

Na obra *Ego, Fome e Agressão*, Perls (1942/2002) também esclarece a regulação organísmica a partir do seguinte exemplo: a fome ou a sede representam que o organismo não está no ponto-zero, pois falta algo ao equilíbrio. Da mesma forma, quando há excesso de comida ou água no organismo, surge a necessidade de excretá-los pelas fezes ou pela urina. Assim, se alimentar ou beber água reporia a falta trazendo o organismo novamente ao ponto-zero, bem como a defecação ou a micção restauraria o equilíbrio organísmico. Segundo o autor, os diferentes instintos que visam a regulação do organismo poderiam ser organizados sob duas categorias: os instintos de autopreservação e os instintos de preservação da espécie. O primeiro seria assegurado pela compensação das necessidades de alimento e defesa, enquanto o segundo seria assegurado pela preservação da espécie via sexualidade.

Na compreensão de Perls (1942/2002), da mesma forma que as funções metabólicas alteradas (para mais ou para menos) representam a tendência básica de autorregulação organísmica, a civilização criou nas pessoas certas necessidades (imaginárias ou reais) secundárias. Para exemplificar tais necessidades secundárias, ele cita que o organismo de uma pessoa obesa que trabalha em um escritório localizado no 40º andar de um edifício, desenvolveu uma espécie de "instinto de elevador", que praticamente a incapacita de chegar ao ambiente de trabalho sem o auxílio da tecnologia. Da mesma forma, cito uma exemplificação de necessidade imaginária da geração dos anos 2000, que adquiriu certo "instinto de redes sociais", ao ponto de se sentirem excluídas caso não recebam a aprovação e os comentários que gostariam depois da postagem de uma imagem ou mensagem na *web* ou em aplicativos para *smartphones* (HACK, 2024a). Para Perls, as necessidades secundárias não são vitais à regulação organísmica, mas passaram a consumir o interesse das pessoas a ponto de se transformarem em obsessões e fobias.

Perls também discorre sobre a inter-relação entre organismo e meio na obra *Ego, Fome e Agressão*. Nesse sentido, destaca que nenhum organismo é autossuficiente, pois requer o meio ao seu redor para satisfazer suas necessidades: "Considerar um organismo por si mesmo equivale a vê-lo como uma unidade artificialmente isolada, ao passo que há sempre uma interdependência do organismo e seu ambiente" (PERLS, 1942/2002, p.75). Para o autor, as pessoas selecionam as partes do mundo com as quais querem entrar em contato, segundo seus interesses. Mas, o contato é limitado ao alcance dos órgãos de percepção, bem como pelas inibições criadas pela sociedade. Para Perls, a evitação do contato leva à deterioração da função holística e à desintegração das esferas de ação. Afinal, todo contato, desde que não sejam compostos de situações de perigo eminente, amplia as esferas da relação organismo/meio, passando a integrar a personalidade e as capacidades da pessoa.

Em sua primeira obra, Perls (1942/2002) também aborda o presente como única instância temporal de ação. O autor de maneira alguma nega a origem de todas as coisas no passado e sua tendência ao desenvolvimento no futuro, porém, ressalta que tanto o passado quanto o futuro estão ancorados e relacionados de forma contínua com o presente, ou seja, ambos (passado e futuro) perdem a referência sem a manutenção da conexão com o presente. Para ele, as pessoas precisam compreender que o passado se encerrou e deixou várias situações inacabadas, da mesma forma, o planejamento futuro deve ser um guia e não um substituto que venha a sublimar a ação. Perls entendia que a aplicação de suas ideias sobre o presente melhoraria a memória e o poder de observação. A proposta era que as pessoas imaginassem que estavam realmente revivendo a situação no espaço e tempo passados, e então descrevessem em detalhe as imagens e ações daquele contexto, usando o tempo presente para a narrativa. Na compreensão de Perls, essa técnica ampliaria a capacidade das pessoas de recordar acontecimentos e fatos. Em referência à teoria de Friedlaender, Perls identifica que o presente é o ponto-zero, enquanto os opostos seriam o passado e futuro. Assim, o *self*[8] equilibrado seria aquele que leva em

8 A definição de self para a Gestalt-Terapia é a seguinte: "Chamamos 'self' ao sistema complexo de contatos necessários ao ajustamento no campo imbricado. O 'self' pode ser considerado como estando na fronteira

ISBN 978-65-5360-951-8 - Vol. 1 - Ano 2025 - www.editoracientifica.com.br

consideração tanto o passado, quanto o futuro, mas não os entende como realidades, pois a realidade está no ponto-zero do presente.

Ainda na década de 1940, Perls (1942/2002) enfatizava a importância de compreendermos que o organismo e o meio também formam uma unidade inseparável. Por exemplo, as pessoas desenvolvem inúmeras ações para levar o organismo ao campo acústico desejado em um concerto sinfônico (meio). Em linhas gerais, é preciso comprar os ingressos e dirigir-se à sala de concertos na data agendada. Entretanto, durante a apresentação do espetáculo, a relação organismo/meio permanecerá ininterruptamente. Mesmo que inúmeras pessoas estejam na plateia, cada uma fruirá a mesma música de forma singular. Para Perls, elas nem mesmo perceberão os mesmos sons: "Um trecho, que significa caos para um ouvinte, é uma 'gestalt' clara para outro. O fagote, que um ouvinte atento descobre junto ao contrabaixo, nem mesmo atinge os ouvidos da pessoa destreinada" (PERLS, 1942/2002, p.283). Ainda que nenhuma das pessoas tenha déficit auditivo, as ondas acústicas do concerto serão absorvidas por cada organismo de forma diferenciada conforme, por exemplo, o posicionamento no recinto, a identificação emocional ou o treinamento e o poder de concentração de cada espectador. Alguém que não consegue manter a atenção na orquestra por estar cansado, tenso, ou por qualquer outra razão, permitirá que sua mente divague e perderá o contato com o espetáculo. Ao finalizar sua exemplificação, Perls ressalta duas coisas: 1) que o fenômeno figura-fundo é relevante e possui ligação com a concentração; 2) que os sentidos do organismo envolvem uma quantidade expressiva de atividades.

O início do uso da nomenclatura Gestalt-Terapia ocorreu na década de 1950, quando Fritz e sua esposa Laura Perls organizaram o *New York Institute for Gestalt Therapy*, dentro de seu próprio apartamento em Nova York[9], onde

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. O contato é o tato tocando alguma coisa. 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" (PERLS, HEFFERLINE e GOODMAN, 1951/1997, p.179).

9 Na década de 1960, Perls se mudou para o Instituto Esalen na Califórnia e, em parceria com Walter Kempler e James Simkin, promoveu workshops de treinamento em Gestalt-Terapia a partir de 1964. Em 1969 Perls se mudou para o Lago Cowichan, no Canadá, onde iniciou uma comunidade gestáltica que ele chamou, em uma de suas obras, de GestaltKibutz (PERLS, 1969/1977).

realizaram os primeiros seminários, *workshops* e trabalhos em grupo. O livro que primeiramente utilizou o título Gestalt-Terapia foi concebido por Perls em parceria com Ralph Hefferline e Paul Goodman. Sua primeira edição ocorreu nos Estados Unidos da América, no ano de 1951 e tinha como título *Gestalt Therapy: Excitement and Growth in the Human Personality*, que em uma tradução livre significa *Gestalt Terapia: Excitamento e Crescimento na Personalidade Humana*. No Brasil, a primeira edição do livro foi em 1985 e o título foi encurtado para *Gestalt-Terapia*. Tal obra traz à tona a importância da relação figura/fundo, conceito que caracteriza a Psicologia da Gestalt e também foi incorporado aos pressupostos da abordagem terapêutica gestáltica. Na compreensão de Perls, Hefferline e Goodman (1951/1997), no dia-a-dia, a necessidade mais importante sempre se tornará figura e organizará as ações da pessoa. Na sequência, depois de satisfeita a necessidade que emergiu, a figura recuará para o fundo e dará lugar a uma nova configuração. Segundo os autores, a relação saudável de figura/fundo ao equacionamento de necessidades tem sido prejudicada pela moral e outros preceitos sociais, pois frequentemente tais costumes se impõem e interferem na autorregulação do organismo. Perls (1975/1977d) advoga que ao adotarmos a percepção das coisas a partir da relação figura/fundo, a realidade passa a ser entendida sob o prisma das necessidades, preferências e interesses específicos de cada pessoa. Dessa forma, sempre teremos resultados relativos à diferença entre cada indivíduo, grupo ou cultura. Para o autor, a formação figura/fundo é um princípio organizador que cria certa ordem na diversidade dos processos constitutivos do universo.

Assim, na Gestalt-terapia, passa-se a lidar com uma questão paradoxal muito importante no que tange àquilo que ocorre em nosso organismo: o que é a consciência do aqui e agora e com o que ela se relaciona? Segundo Perls (1975/1977c), esse é um preceito que corresponde à conservação da matéria/energia na teoria da relatividade de Einstein. Para Perls, quando não vivemos uma situação no aqui e agora, consequentemente ela será vivida em outra instância corporal, como em uma tensão muscular ou uma emoção que nos surpreende devido à intensidade desproporcional à circunstância. Nas palavras de Perls (1975/1977c, p.101-102), "nada desaparece, mas é deslocado e desarranjado. O tédio, por exemplo, que é um estado miserável, também contém um impulso para fazer algo. O homem morto de sede tem água em qualquer parte

ISBN 978-65-5360-951-8 - Vol. 1 - Ano 2025 - www.editoracientifica.com.br

do corpo, menos na língua". Isso quer dizer que a figura esboça o fundo, bem como o fundo traceja a figura e, aquilo que não consegue emergir no aqui e agora aparecerá em outro campo.

Tais reflexões começaram a motivar-me ao pensamento de que, quem sabe, a figura de um participante de documentário não-espontâneo diante do olho da câmera precisaria ser vista sob o fundo que a pessoa construiu para ancorar o que aquela situação específica representa. Daí, comecei a enunciar questionamentos relacionados ao contexto de gravação de audiovisuais, como: Qual necessidade ou preferência o organismo do protagonista amador quer satisfazer ao levá-lo a perder a espontaneidade diante da câmera? E, hipoteticamente, previ que poderia ser a necessidade fantasiosa que pretende discursar de forma exata, mas se sente deslocada em um *set* onde o olhar de outra pessoa é substituído pelo olhar da câmera que, inclusive, pode perpetuar seu discurso, esteja ele exato ou inexato.

Outro aspecto que me atraiu à abordagem gestáltica como ancoradouro teórico de minha investigação foi a importância dada à perspectiva que propõe uma concepção de consciência holística, na qual o organismo e o mundo externo formam uma integralidade. Perls *et al.* (1951/1997) denominam tal integralidade como sistema *self*: função id, função ego[10] e função personalidade em integração com o mundo externo. Em minha interpretação, a busca de integralidade e autorregulação do *self* seria uma superação das dualidades dicotomizadas (anjo ou demônio; racional ou emocional; infantil ou maduro; etc.). Em outras palavras, seria uma ampliação da consciência entre os opostos com vistas ao encontro harmonioso e autêntico, no ponto-zero. No livro Gestalt-Terapia, os conceitos de "crescimento", "criatividade" e "novidade" são apresentados como os resultados saudáveis do *self* quando a pessoa passa a rever os seus conceitos de "autopreservação", "ajustamento" e "rotina". Assim, permitindo-se transitar entre as dualidades dicotomizadas, a pessoa pode encontrar novamente a

10 Em sua obra de 1942, Ego, Fome e Agressão, Perls explica o motivo de chamar o Ego de função organísmica. Por ser elucidativa, transcrevo-a na sequência: "A função dos pulmões é principalmente a troca de gases e vapor entre o organismo e o meio ambiente. Pulmões, gases e vapor são concretos, mas a função é abstrata — embora real. O ego, portanto, é igualmente uma função do organismo. Não é uma parte concreta dele, mas uma função que cessa, por exemplo, durante o sono e o coma, e para o qual nenhum equivalente físico pode ser encontrado, tanto no cérebro como em qualquer outra parte do organismo" (PERLS, 1942/2002, p.205).

oportunidade de crescer, seja por assimilação ou por rejeição daquilo que se apresenta no aqui e agora. Nesse contexto, Perls *et al.* (1951/1997) apontam como essencial a *awareness*[11]. Os autores utilizam o artista como exemplificação dessa conscientização. Para eles, o artista está inteiramente consciente do que faz e, ao final da execução de sua obra, ele pode indicar o percurso utilizado para alcançar o seu objetivo. Ou seja, a consciência do artista aceita as condições, se dedica à atividade e, consequentemente, promove o crescimento integral do organismo em seu meio. Os autores também fazem uma analogia com as crianças para explicitar o que é *awareness*, pois elas experienciam as brincadeiras irrestritamente ao ponto de permitirem que a energia flua espontaneamente e integralmente. Para eles, tanto artistas quanto crianças utilizam a integração sensório-motora, a aceitação do impulso e o contato com o ambiente para a produção de uma obra de valor. Enquanto isso, a maioria das pessoas tem dificuldade de se entregar, pois estão demasiadamente preocupadas em ser responsáveis por si mesmas.

Enfim, a releitura dos textos fundantes da abordagem de Fritz Perls foi a força motriz para perceber a possibilidade de estabelecer paralelos e transposições entre a prática psicoterapêutica gestáltica e o olhar ao discurso sem palavras do corpo da pessoa que se posiciona diante da câmera no momento de gravação de um audiovisual. Na continuidade, darei a conhecer alguns cenários transpositivos que distingui em meu estudo.

TRANSPOSIÇÕES DO *SETTING* DE GESTALT-TERAPIA AO *SET* AUDIOVISUAL

Segundo Fritz Perls (1973/2012), o ser humano vive num estado de baixo grau de vitalidade e, como consequência, pouco sabe da verdadeira vida criativa, pois sua vida tornou-se a repetição de automatizações ansiosas. Mesmo que o mundo ofereça amplas oportunidades de crescimento, as pessoas vagueiam sem saber o que querem ou como alcançá-lo. Perls afirma que as pessoas não

11 A Teoria da *Awareness* foi considerada por Perls (1969/1977, p.107) uma de suas contribuições originais. Em algumas traduções ao português, a palavra inglesa awareness foi mantida, em outras, se utiliza a palavra consciência.

ISBN 978-65-5360-951-8 - Vol. 1 - Ano 2025 - www.editoracientifica.com.br

abordam a vida com excitação e interesse, bem como perderam a espontaneidade e a capacidade de sentir e se expressar de forma direta e criativa. Aqui, já identifico uma primeira transposição possível: a observação para além do discurso do protagonista no momento da gravação do audiovisual. Em forma de pergunta: será que o entrevistado do documentário, por exemplo, está afogado num mar de palavras produzido por sua *persona*[12] e tal circunstância o impede de agir espontaneamente, de forma criativa e sem automatizações ansiosas diante da câmera? Nesse sentido, ainda em paráfrase de transposição com a abordagem gestáltica, talvez seja preciso compreender como a *persona* daquele protagonista funciona e o que ocorre na fronteira de contato entre o organismo do ator amador e o ambiente de filmagem. Ou seja, que pensamentos, ações, comportamentos e emoções, a pessoa vivencia ao se encontrar nessa instância limítrofe.

Tradicionalmente, a Gestalt-Terapia apresenta o "contato" ou "fuga" como os opostos dialéticos que permitem a pessoa interagir com a instância limítrofe do meio. Perls (1973/2012) destaca que a energia positiva ou negativa (contato/fuga) originada por um excitamento no campo organismo/meio se comporta de forma semelhante às forças de atração e repulsão do magnetismo. Ao se perguntar que força energiza as ações, Perls (1973/2012, p.37) responde que parece ser a emoção e diz: "as emoções são a própria linguagem do organismo; modificam a excitação básica de acordo com a situação que é encontrada". Em síntese transpositiva, talvez a excitação do protagonista amador frente à câmera seja transformada em emoções específicas e, na sequência, as emoções sejam transformadas em ações sensoriais e motoras. Por isso, as emoções dele no *set* de gravação mobilizam os meios e as formas corporais (não espontâneas) que, supostamente, propiciariam a satisfação da necessidade ou preferência daquele contexto figura/fundo.

Na Gestalt-Terapia, a técnica de concentração fornece um instrumento que permite a dedicação a cada sintoma para que a pessoa aprenda sobre si próprio e seu ajustamento neurótico ao meio. Ou seja, a pessoa aprende o que

12 A palavra *persona*, em latim, nomeava a máscara que os atores utilizavam na representação de um personagem em peça teatral.

está vivenciando e como vivencia, bem como aprende sobre a inter-relação entre seus sentimentos e comportamentos (PERLS, 1973/2012). Talvez seja possível pensar a técnica da concentração de forma transpositiva, como uma estratégia para estimular o protagonista amador a olhar para si e, então, ampliar a consciência sobre o que está impedindo seu corpo de fluir na mesma direção do discurso que pretende trazer à tona no audiovisual. Afinal, o discurso faz audível e o gesto faz visível uma mensagem. Talvez, se o protagonista se der conta de suas auto-interrupções na gravação e souber que é isto o que está fazendo, consequentemente, perceberá o que o está interrompendo. É claro que a reflexão do ator amador, originária da aplicação da técnica de concentração, poderá levá-lo à decisão de abandonar a ideia de agir espontaneamente diante da câmera ou até mesmo desistir de gravar o documentário. Daí, ainda restaria a possibilidade de explicar isso diante da câmera, num diálogo com o olho da máquina, que naquele momento representa o olho do outro/observador. Para Perls (1973/2012), a natureza humana ou de qualquer outro animal é a integralidade ou o holismo, por isso tais palavras são primordiais na abordagem gestáltica. A escolha existencial eficiente só poderá ocorrer na integração entre espontaneidade e propósito, pois ambas compõem o ser humano. Ao pensar sobre isso, hipotetizo que ao dar-se conta do que ocorre integralmente com seu organismo, o protagonista amador também se dará conta do campo total e, consequentemente, isso trará significado à configuração que se apresenta no *set* de filmagem e, dessa forma, poderá servir na ação espontânea e com propósito diante da câmera.

Em outra técnica utilizada na abordagem gestáltica, que também poderia ser transposta ao objetivo do presente texto, o terapeuta ajuda o consulente em sua autodescoberta ao atuar como se fosse um espelho. Ele não faz as descobertas em nome do consulente, mas, através de perguntas, estimula a pessoa a ver de forma mais ampla ou ampliar a consciência sobre o seu comportamento e o que ele representa naquele contexto (PERLS, 1973/2012). Dadas as proposições de minha investigação, pergunto-me: será que o diretor de cena do documentário poderia desempenhar, em interação com o protagonista amador, o papel que o terapeuta desempenha com seu consulente? Assim, o diretor auxiliaria a pessoa a entender a circunstância que se forma em sua fantasia mental, fazendo-a coincidir com a circunstância possível no mundo externo. Com isso,

ISBN 978-65-5360-951-8 - Vol. 1 - Ano 2025 - www.editoracientifica.com.br

o planejamento (ensaio mental) exageradamente fantasioso do protagonista amador seria substituído pela espontaneidade diante da câmera. Em minha experiência em *set*, costumeiramente encontro pessoas que interrompem sua ação espontânea com medo de dar informações equivocadas. Afinal, argumentam elas, a perpetuação de falas imprecisas no mundo digital seria inconveniente. Por isso, é muito comum ouvir as seguintes frases: podemos parar a filmagem se eu errar? Ou, será possível refazer a gravação se eu me esquecer de algum detalhe importante?

Perls (1969/1977) defende que a ansiedade não é necessariamente negativa, mas impede o crescimento temporário da pessoa. O autor lembra que a ansiedade é a excitação que se estagnou porque a pessoa ficou incerta quanto ao papel que deveria desempenhar em determinada situação: "se não sabemos se vamos receber aplausos ou vaias, nós hesitamos; então o coração começa a disparar, e toda a excitação não consegue fluir para a atividade, e temos 'medo de palco'" (PERLS, 1969/1977, p.15-16). Em transposição, hipotetizo que isso possa estar ocorrendo com o protagonista amador diante da câmera. Ao invés de estar no aqui e agora da gravação, ele se transporta mentalmente a um espaço fantasioso que lhe traz ansiedade. Daí, talvez a técnica para lidar com a situação seria: levar a pessoa que participa de um documentário a se posicionar no aqui e agora para que a excitação flua espontaneamente. Para a abordagem gestáltica, se a pessoa estiver no presente, encontrará criatividade, inventividade e não haverá ansiedade. Como resultado, achará a solução. Contudo, as pessoas diminuíram a possibilidade de satisfação em suas vidas ao negligenciarem a discriminação orgânica. Exemplificativamente, uma sociedade que preconiza a realização de certas atividades instantaneamente não dá aos seus cidadãos o tempo necessário à finalização ou o fechamento das situações. Além disso, as pessoas passaram a ser guiadas pelo dever ou necessidade de ganhar a vida, ao invés de pautarem suas escolhas pelo que lhes interessa. Na compreensão de Perls (1969/1977), se a pessoa compreender a situação em que se encontra e deixar a relação organismo/meio regular-se espontaneamente, por conseguinte aprenderá a lidar com a vida. Afinal, *"a intuição é a inteligência do organismo"* (PERLS, 1969/1977, p.42). O exemplo dado pelo autor clarifica sua ideia:

> Você fica sabendo disto a partir de certas situações, como guiar um carro. Você não guia um carro de acordo com uma programação do tipo: "Eu quero guiar a sessenta e cinco km por hora". Você guia de acordo com a situação. Você guia a certa velocidade de noite, guia a outra velocidade quando há trânsito, guia diferente quando está cansado. Você obedece à situação. Quanto menos confiança tivermos em nós mesmos, quanto menos contato tivermos com nós mesmos e com o mundo, maior será nosso desejo de controle (PERLS, 1969/1977, p.38).

Enfim, para a Gestalt-Terapia (PERLS, 1975/1977b), a autorregulação do organismo sofre a interferência do controle externo, mesmo aquele controle externo que já se encontra internalizado e que, muitas vezes, é caracterizado por frases que iniciam por "você deve". No entanto, como muitas vezes boicota-se neuroticamente a regulação entre o organismo e o meio, surge então, o impasse. Para Perls (1969/1977), o impasse ocorre enquanto não se forma o apoio autêntico que substituirá o apoio ambiental e interno que estão obsoletos. Novamente, o autor clarifica sua definição pela exemplificação do que ocorre com o bebê ao nascer. Como a criança ainda não consegue respirar sozinha e, ao mesmo tempo, não recebe mais oxigênio da placenta, ela está diante de um impasse: ou morre ou aprende a respirar. Para Perls, o "bebê azul" – por ainda não conseguir respirar – é o protótipo do impasse encontrado em todo ajustamento neurótico. Aqui, no que tange ao objeto da presente seção, levanto o seguinte questionamento: será que o que bloqueia o protagonista amador frente à câmera em um documentário é aquilo que Perls chama de impasse?

Na mesma obra, Perls (1969/1977) diz que as pessoas não estão muito interessadas em resolver seus impasses para voltar ao crescimento. Na concepção do autor, elas preferem "antes manter o 'status quo' de um casamento medíocre, de uma mentalidade medíocre, de uma vida medíocre, do que resolver o impasse" (PERLS, 1969/1977, p. 63). Em outras palavras, as pessoas preferem manipular os outros para obter apoio em vez de encontrar sustentação interna. Por isso, o desafio é exercitar a transformação da energia manipuladora ao "perder cada vez mais sua 'mente' e aproximar-se mais dos seus sentidos" (PERLS, 1969/1977, p. 77). O consulente permite-se entrar em contato com o meio ao invés de se pautar pelas fantasias, preconceitos e apreensões mentais. É claro que a fantasia também pode ser criativa, vide os roteiros de ficção, mas ela só

ISBN 978-65-5360-951-8 - Vol. 1 - Ano 2025 - www.editoracientifica.com.br

será criativa se a pessoa estiver consciente de sua abstração. Em transposição, entendo que o objetivo daquele que irá estimular o protagonista amador a ter mais espontaneidade diante de uma câmera poderia ser levá-lo a aproximar-se de seus sentidos ao invés de falsear, ou seja, simplesmente ser ele mesmo no aqui e agora.

Na abordagem gestáltica, os impasses e conflitos são uma busca do organismo por identificação ou alienação, onde algumas coisas que ocorrem ao redor e internamente serão aceitas (identificação) e outras não serão aceitas (alienação). Para Perls (1975/1977b), a sensação profunda do "bom" e do "ruim" atuam como uma bússola emocional que aponta a direção. Em linhas gerais, o sentimento de conforto (bom) leva a bússola emocional a apontar para a identificação (aproximação), enquanto o sentimento de desconforto (ruim) leva a bússola emocional a apontar para a alienação (afastamento). Na Gestalt-Terapia, a função discriminatória do organismo, entre sentir-se bem ou mal, recebe o nome de fronteira do ego. Segundo Perls (1975/1977a), quanto mais o caráter de uma pessoa repousa sobre conceitos prontos ou formas fixas de comportamento, menos ela será capaz de usar sua intuição para lidar com a identificação ou alienação. Devido a isso, ela se afastará de suas necessidades naturais e tentará viver conforme suas preconcepções de como deveria ser o mundo. Como consequência, temos o bloqueio do potencial da pessoa, bem como uma distorção de perspectiva. Parece-me que temos aqui, em transposição, um reforço ao entendimento do que leva o protagonista amador a não perceber que perde a espontaneidade na gravação do audiovisual: o fato de tentar regular seu organismo frente à câmera via conceitos prontos e formas fixas de comportamento. Para Perls (1975/1977a), a pessoa pode buscar a capacidade de renunciar respostas obsoletas e tarefas que estejam além do seu potencial. Segundo o autor, essa capacidade é parte essencial da sabedoria de viver. Dessarte, em transposição, pode ser que a tarefa de atuação cênica diante de um olho que não é o olho de outra pessoa, esteja para além do próprio potencial do protagonista amador e se ele for agir espontaneamente, talvez, escolha não participar do documentário.

No livro *Isto é Gestalt,* também considerado uma coletânea fundante da abordagem gestáltica, há capítulos escritos por Fritz Perls, já referenciados acima, bem como encontra-se a contribuição de outros autores que citarei na

sequência devido à relevância de suas sugestões à minha proposição. Barry Stevens é uma dessas autoras. Ela foi uma gestalt-terapeuta que conviveu e trabalhou com Perls durante parte de sua vida. Na compreensão de B. Stevens (1975/1977), as pessoas andam pelas ruas com a cabeça cheia de fantasias e falas, mas ao mesmo tempo, não tem consciência dessa conversa mental, assim como não se dão conta do asfalto sob seus pés, dos prédios ao seu redor e das pessoas que cruzam seu caminho. Para a autora, viver a vida dessa forma é o mesmo que viver uma vida nada presente. Ou seja, é o oposto de viver no aqui e agora. Segundo B. Stevens, a vida no presente, implicaria a pessoa a, por exemplo, andar pela rua com uma consciência ampliada de tudo o que é percebido: o movimento do corpo, as pessoas ao seu redor e tudo o que lhes compõe, o sol ou a chuva, dentre tantas outras coisas. Contudo, a autora alerta que não podemos estar no aqui e agora como resultado de um objetivo programado ou pelo estabelecimento de obrigações. Na proposta da abordagem gestáltica, o ato de estar no presente livra as pessoas dos pesos e permite chegar a algo diferente, mas sem o estabelecimento de regras, pois as regras tornar-se-iam armadilhas que levariam novamente à fantasia. Em transposição, suponho que a experiência de estar no aqui e agora poderá ajudar o protagonista amador a ampliar a consciência de seu organismo antes e durante a filmagem.

B. Stevens (1975/1977) ainda destaca que a abordagem gestáltica não está baseada em regras e, nesse sentido, a compara com o Tao e o Zen[13]. Para a autora, mover-se sem regras não é tão difícil, desde que a pessoa simplesmente permita que as coisas aconteçam espontaneamente e dentro das circunstâncias de cada contexto. Mas, seria imprescindível a quebra das convenções que obrigam as pessoas a agirem conforme o protocolo de cada ambiente. B. Stevens alerta que qualquer regra, mesmo que bem-intencionada, causará complicações em algum momento, pois todas as coisas são mutáveis e não podemos prever o futuro pela programação de uma regra. Aqui, evidencia-se um aspecto que me chamou a atenção e, de certa forma, encontrou eco em minha compreensão pessoal. Contudo, sei também que o ambiente de gravação de um filme é

13 Outros autores, inclusive Fritz Perls (1969/1977), fazem a correlação entre preceitos da Gestalt-Terapia e certos pensamentos do Tao e do Zen Budismo.

ISBN 978-65-5360-951-8 - Vol. 1 - Ano 2025 - www.editoracientifica.com.br

repleto de regras. Ou melhor, vivemos em uma sociedade pautada em regras. Então, como equacionar esse aspecto? Eis uma boa pergunta retórica para a presente seção.

Stella Resnick (1975/1977) é outra autora que participa da obra *Isto é Gestalt*. Ela explica que o intuito da prática psicoterapêutica gestáltica é encorajar a pessoa a encontrar seus sentimentos acumulados ou que não foram expressos, ou seja, que aprendam "como" expressar seus sentimentos. Inclusive, na Gestalt-Terapia, o "como" é mais importante do que o "porque". Em outras palavras, a forma como o organismo transmite uma informação durante o processo é mais importante do que o conteúdo do diálogo (PERLS, 1973/2012; YONTEF, 1998). Em suma, o objetivo é a criação de um espaço no qual a pessoa possa olhar para a integralidade das circunstâncias via *presentificação*. Ao fazer a transposição da técnica de *presentificação* ao contexto do *set*, temos a hipótese de que o protagonista amador pode ter fantasiado tanto aquele momento, que acabou perdendo a clareza do presente. Como consequência, ele não consegue agir espontaneamente, pois vive a fantasia projetada por sua mente ao invés de viver o aqui e agora. Minha hipótese é que o papel do terapeuta poderia ser desempenhado por um observador da imagem corporal ou da comunicação integral (corpo e discurso) do entrevistado, designadamente, um diretor de cena. Tal pessoa observaria os movimentos corporais enquanto o protagonista amador faria seu discurso e o auxiliaria a encontrar e entender as motivações de seus movimentos corporais.

A obra *Isto é Gestalt* também teve a colaboração de Marc Joslyn (1975/1977). Em seu texto, ele aponta que o desenvolvimento natural do processo figura/fundo é impedido pela rigidez conceitual da pessoa. Nesse sentido, para o autor, a desobstrução do impedimento poderia ocorrer potencialmente pela abordagem gestáltica. O intuito seria ampliar a consciência da relação organismo/meio em substituição ao contato com as noções equivocadas e fantasiosas de como ela deveria ser ou agir. Seria uma oportunidade para criar um espaço de autorregulação organísmica via ampliação da consciência sobre aquilo que a pessoa concebeu como figura e está impedindo a conclusão natural da circunstância. Novamente, encontro um ancoradouro à hipótese de que o protagonista amador vai à gravação do documentário com a compreensão fantasiosa de que precisa cumprir uma expectativa, por exemplo, ser um

"bom entrevistado". Em decorrência, emerge uma figura sem espontaneidade caracterizada pela contradição entre o discurso linguístico e os signos corporais (HACK, 2024a).

O último capítulo do livro *Isto é Gestalt* foi escrito por John Stevens, filho de Barry Stevens, e que também foi o organizador da obra. Para J. Stevens (1975/1977), existem duas maneiras de a pessoa encontrar apoio à sua existência, quais sejam: 1) centrar-se no aqui e agora de sua existência física – sensações corporais, sentimentos, etc.; 2) apoiar-se na fantasia que sua mente criou a partir das memórias, *personas*, projetos, ideais, etc. Em outras palavras, na primeira alternativa, a pessoa apoia sua existência em uma *presentificação constante*, enquanto que, na segunda alternativa, a existência da pessoa se pauta por um *pensar sobre o viver*. Ou seja, são apoios diferentes que proporcionam experiências diferentes. Em transposição, entendo que levar o protagonista amador a pensar sobre sua existência no momento da filmagem poderá propiciar a possibilidade de compreensão holística e integral de seu momento no aqui e agora e, quiçá, promoverá uma ação espontânea e autêntica diante da câmera.

Certamente eu poderia relatar muitas outras transposições. No entanto, devido ao avançar do presente capítulo, encerro aqui a explanação do arcabouço teórico e histórico que levou às reflexões que originaram as sugestões de transposição da prática psicoterapêutica pensada por Fritz Perls e colaboradores ao contexto de gravação de audiovisuais com protagonistas amadores. Agora, expressarei as categorias gestálticas que fundamentam a técnica de ampliação da consciência no *set*.

CATEGORIAS GESTÁLTICAS À AMPLIAÇÃO DA CONSCIÊNCIA NO *SET*

As seções anteriores indicaram minhas percepções sobre a possibilidade de fazer certa transposição da relação entre terapeuta e consulente no *setting* terapêutico gestáltico para a relação entre diretor de cena e protagonista amador no *set*. Vou dar um exemplo transposicional. Perls (1977, p. 107) destaca: "Minha função como terapeuta é ajudar vocês a tomarem consciência do aqui e do agora, e frustrar vocês em qualquer tentativa de fugir disto". Em transposição: a função do diretor de cena pode ser ajudar o protagonista amador a ampliar

ISBN 978-65-5360-951-8 - Vol. 1 - Ano 2025 - www.editoracientifica.com.br

sua consciência do aqui e do agora e frustrá-lo em qualquer tentativa de fugir disto. Ainda, a título de esclarecimento, informo que ao invés de utilizar a palavra inglesa *awareness,* como o fazem muitas traduções brasileiras de obras da Gestalt-Terapia, faço uso das palavras ampliação da consciência[14]. Então, na proposição a seguir, ter *awareness* ou ampliar a consciência do *set* será similar a dar-se conta, de forma holística, da figura que emerge no aqui e agora, ou seja, corpo/mente integrados em uma relação organismo/meio consciente, que busca a autorregulação, rumo ao fechamento de uma circunstância.

Na sequência, vou enunciar as categorias gestálticas que fundamentam a técnica que proponho.

Figura e fundo

A primeira categoria gestáltica que utilizo para fundamentar a técnica de ampliação da consciência para a interação do protagonista amador com a câmera no momento da rodagem de um audiovisual é o processo figura/fundo. A categoria origina-se dos estudos da Psicologia da Gestalt e foi apropriada pela Gestalt-Terapia em seus pressupostos terapêuticos. A pergunta que orienta a reflexão sobre a categoria é: que necessidade dominante do organismo do protagonista amador se sobressai como figura durante a gravação e o leva a perder a espontaneidade? A questão se origina da hipótese de que a apreensão de dar uma informação equivocada durante a filmagem faz o intelecto e a intuição do ator amador dissociarem-se e, por isso, o discurso aparentemente empoderado sucumbe diante de manifestações corporais que parecem indicar desconforto naquele ambiente com o olho da câmera.

Para a abordagem gestáltica, a relação entre figura e fundo é um processo de avanço e recuo permanentes na busca do crescimento saudável da pessoa e tem um papel primordial na proposta psicoterapêutica. Compreende-se que a figura de primeiro plano sempre se formará da necessidade dominante do

14 No início de minhas investigações eu utilizei o termo "conscientização gestáltica" como sinônimo daquilo que ocorre quando a pessoa amplia sua percepção sobre o todo de uma circunstância. Atualmente, substituí para o termo "ampliação da consciência", simplesmente para facilitar a compreensão aos que não estão familiarizados com a abordagem gestáltica.

organismo e, como consequência, as demais necessidades recuarão temporariamente para o segundo plano (fundo). Nas palavras do mentor da Gestalt-Terapia: "O primeiro plano é aquela necessidade que exige mais agudamente ser satisfeita, quer seja, (...) a necessidade de preservar a vida, ou seja relacionada a áreas fisiologicamente menos vitais: sejam fisiológicas ou psicológicas" (PERLS, 2012, p.23).

Perls, Hefferline e Goodman (1997) realçam que a formação saudável de figura/fundo é caracterizada pela atenção, concentração, interesse, preocupação, excitamento e graça. Contudo, se a relação figura/fundo estabelecida for disfuncional, surgem elementos como a confusão, o tédio, a compulsão, a fixação, a ansiedade, a amnésia, a estagnação e o acanhamento. Aqui, então, identifico alguns elementos, e suas disfunções, que podem auxiliar na busca de uma boa formação figura/fundo quando o protagonista amador for participar da gravação de um audiovisual, quais sejam:

- Atenção – disfunção tédio;
- Concentração – disfunção confusão;
- Interesse – disfunção fixação;
- Preocupação – disfunção compulsão;
- Excitamento – disfunção acanhamento;
- Graça – disfunção ansiedade.

Minha compreensão, que coaduna com Perls, Hefferline e Goodman (1997), parte de olhar para a ansiedade inicial como uma vantagem funcional, pois isso pode servir de auxílio ao protagonista amador na ampliação da consciência, de forma central e interessada, durante todo o processo de rodagem do audiovisual. Isso quer dizer que ao reconhecer suas debilidades, o ator amador não foge ou se paralisa diante da demanda, mas constrói uma atitude concentrada e interessada para a realização ativa da figura que emergiu do fundo. O intuito é que o diretor de cena auxilie a pessoa a fortalecer o *self* no momento da filmagem, diante da câmera, ao relacionar a figura de primeiro plano (por exemplo, a apreensão de dar uma informação equivocada) com seu fundo, para, então, ter uma ampliação de consciência. O enfoque não se concentra numa tentativa de

ISBN 978-65-5360-951-8 - Vol. 1 - Ano 2025 - www.editoracientifica.com.br

treinar o discurso para evitar o "erro", pois isso apenas estabelece um conflito de objetos. O que se almeja é entender que fundo está representado naquele contexto e, como consequência, fez tal figura emergir.

Em suma, entendo que a categoria gestáltica figura/fundo pode auxiliar o ator amador a olhar para a evitação de algo que realmente não é um perigo, como o ato de dar uma informação equivocada. Para tanto, o diretor de cena o ajudará a olhar para seu corpo e perceber o que está retesado ou tenso na busca de entender o fundo que trouxe aquela figura ao primeiro plano. Afinal, para a abordagem gestáltica, "é devido ao fato de que algumas áreas não podem ser sentidas que outras estão indevidamente retesadas durante o excitamento, e são sentidas como dolorosas" (PERLS; HEFFERLINE; GOODMAN, 1997, p.207). Na sequência da busca de ampliação da consciência, o diretor de cena poderá estimular a pessoa ao movimento em direção ao fechamento da circunstância em pauta.

Autorregulação organísmica

A segunda categoria gestáltica que utilizo para fundamentar a técnica de ampliação da consciência do protagonista amador frente à câmera no momento da gravação de um audiovisual denomina-se autorregulação organísmica. A categoria origina-se da apropriação singular que Fritz Perls fez das concepções de Kurt Goldstein. A pergunta que orienta a reflexão sobre a categoria é: que regulação o ator amador faz do seu organismo enquanto está se preparando ou gravando um documentário, por exemplo? A questão se origina da hipótese de que o protagonista amador não consegue fazer a gestão do *self* e ter atitudes espontâneas diante da câmera, pois está imerso nas escolhas que os agentes externos (os amigos, os colegas, o diretor do filme, a equipe do *set* etc.) o fazem escolher.

Para a abordagem gestáltica, o organismo busca suprir suas necessidades básicas via contato com o mundo, com o próprio organismo e com a chamada "vida de fantasia" ou "zona intermediária", que foi identificada por Freud e por ele chamada de "complexo" (PERLS, 2012, p.139-140). Quando a resposta à carência é encontrada na zona intermediária ou vida de fantasia, perde-se a espontaneidade, deixa-se de crescer e age-se neuroticamente. Em transposição

à técnica de ampliação da consciência, entendo que é importante verificar com qual dessas instâncias o protagonista amador está em contato (mundo / próprio organismo / vida de fantasia) quando se coloca diante do olho da câmera, pois pode ser que ele esteja a realizar um autoconceito (vida de fantasia) e, desse modo, perde a espontaneidade no *set*.

De acordo com Perls (1977), se a pessoa compreender a situação em que se encontra e deixar a relação entre organismo e meio fluir espontaneamente, por conseguinte aprenderá a lidar com a vida. Contudo, devido às características da sociedade contemporânea, a regulação natural entre organismo e meio é interrompida e o crescimento deixa de existir em troca da adoção de posturas de ajustamento neurótico às demandas. Perls (2012) salienta que a pessoa com ajustamento neurótico não consegue estabelecer uma hierarquia de necessidades autorregulada e isso interfere em seu comportamento. Por isso, o autor sugere que o espaço terapêutico seja o laboratório para o consulente aprender a distinguir entre as múltiplas necessidades, identificar-se com elas e envolver-se integralmente no que está fazendo: "manter uma situação o tempo suficiente para fechar a Gestalt e passar a outro assunto" (PERLS, 2012, p. 33). Da mesma forma, entendo que o *set* pode ser tal laboratório, onde o protagonista amador buscará uma atuação autorregulada a partir de:

- Distinguir e identificar-se com suas necessidades ou preferências;
- Ficar totalmente envolvido no que está fazendo;
- Somente passar para a nova situação depois que decorreu o tempo suficiente para aquela circunstância se fechar.

Em suma, entendo que a categoria gestáltica de autorregulação organísmica auxiliará o ator amador no *set* e poderá culminar no uso criativo das energias que outrora seriam destinadas aos bloqueios impeditivos do crescimento. O intuito é que o diretor de cena auxilie a pessoa a deixar de olhar para a câmera passivamente e se responsabilize pelas ações de seu organismo naquele contexto. Para tanto, algumas perguntas sugeridas por Perls podem, em transposição, ser utilizadas pelo diretor de cena para auxiliar o olhar ao corpo: "'Estou me impedindo'..., 'Como me impeço?' e 'De que me impeço?'" (PERLS, 2012, p.71).

ISBN 978-65-5360-951-8 - Vol. 1 - Ano 2025 - www.editoracientifica.com.br

Além disso, é importante que o diretor de cena preste atenção à interrupção de frases por parte do protagonista amador, bem como perceba se ele prende a respiração ou, então, aperta os punhos como se fosse dar um soco em outra pessoa, ou mesmo evita o contato de seu olhar com o olhar do diretor de cena ou com o olhar da câmera. Em suma, ao invés de pensar e intelectualizar a conversa sobre o "porque" se está agindo daquela forma, a técnica busca uma ampliação da consciência a partir de "como" a pessoa sente seu corpo naquele exato momento.

Holismo

A terceira categoria gestáltica que utilizo para fundamentar a técnica de ampliação da consciência do protagonista amador frente à câmera no momento da gravação de um audiovisual é o holismo. A categoria advém das definições apresentadas por Jan Smuts, mas Fritz Perls faz uma apropriação original ao contexto da abordagem gestáltica. A pergunta que orienta na reflexão sobre a categoria é: o protagonista amador de um documentário, por exemplo, consegue se ver como uma pessoa integral e percebe suas habilidades e interesses holísticos durante o processo de filmagem ou se sente fragmentado e representando um papel? A questão se origina da hipótese de que a pessoa pode estar em ajustamento neurótico no *set* e, consequentemente, perde a espontaneidade. Inclusive, pode ser que ela decida não ser a protagonista do filme ao pensar sobre suas habilidades e interesses integrais.

A Gestalt-Terapia olha para o holismo como um conceito que instrumentaliza o trabalho com o ser humano integral. Perls (2012) destaca que o holismo possibilita a verificação do entrelaçamento entre as ações mentais e físicas de uma pessoa. Para o autor, a resposta holística vem da pessoa toda e é um indicador de sua personalidade integral:

> Além das respostas apropriadas, que são sempre prontamente acessíveis a ele, haverá quase sempre alguma reação adicional – uma confusão, uma hesitação, um franzir a testa, um balançar os ombros, um "que pergunta boba!" suprimido, um pouquinho de embaraço, um desejo de não ser incomodado, um "oh! Meu Deus, lá vem ele de novo!", uma inclinação ansiosa para a frente etc. Cada uma dessas respostas é muitas vezes mais importante que a resposta verbal. (PERLS, 2012, p.87)

Perls (2012) salienta que as pessoas estão fracionadas em porções e pedaços na sociedade e que não haveria nenhuma utilidade fragmentá-las mais ainda com o intuito analítico. Por isso, o autor destaca que o objetivo da abordagem gestáltica é reintegrar as funções do *self* (função id, função ego e função personalidade) que foram dispersas ou alienadas, pois assim a pessoa poderá encontrar os próprios recursos e reassumir o crescimento em uma relação espontânea e autêntica com o meio. Em transposição à técnica de ampliação da consciência, entendo que a categoria gestáltica holismo pode auxiliar o protagonista amador a conscientizar-se integralmente e reassumir o crescimento no *set*.

Entendo que a interação entre o diretor de cena e o ator amador de um documentário pode trazer à tona a espontaneidade e a autenticidade. Perls (2012) sugere o uso da técnica de conscientizar-se (*awareness*) com os consulentes e apresenta algumas questões que podem ser transpostas à proposta discutida aqui: "'O que você está fazendo?', 'O que você sente?', 'O que você quer?'. Poderíamos aumentar o número com mais duas, e incluir estas perguntas: 'O que você evita?', 'O que você espera?'" (PERLS, 2012, p.86-87). Parecem-me perguntas excelentes para que, na interação com o diretor de cena, a pessoa se conscientize sobre o que está ocorrendo com seu organismo e, a partir disso, possa decidir de forma holística como agir (ou não agir) diante do intimidador olho da câmera.

Aqui e agora

A quarta e última categoria gestáltica que utilizo para fundamentar a técnica de ampliação da consciência do protagonista amador frente à câmera no momento da gravação de um audiovisual é o aqui e agora. A categoria advém da adaptação que Fritz Perls fez de certos conceitos zen budistas. A pergunta que orienta na reflexão sobre a categoria é: em que instância espaço/temporal (presente, passado e futuro) a mente do ator amador busca elementos para trazer regulação ao seu organismo? A questão se origina da hipótese de que para trazer o organismo da pessoa ao aqui e agora é salutar romper com as fantasias mentais em uma ampliação da consciência do conflito de polaridades (câmera

ISBN 978-65-5360-951-8 - Vol. 1 - Ano 2025 - www.editoracientifica.com.br

amistosa ou hostil) que, porventura, o impede de lidar espontaneamente com a introdução de um elemento estranho (olho da câmera) no *set*.

Na Gestalt-Terapia se compreende que a pessoa fica ansiosa quando precisa aprender uma nova forma de comportamento para lidar com uma circunstância. Para Perls (1977), a ansiedade não necessariamente tem uma conotação negativa. Afinal, ela é considerada como um impulso vital que acaba por se tornar estagnado quando a pessoa fica incerta a respeito do papel que deve desempenhar em determinado contexto: "se não sabemos se vamos receber aplausos ou vaias, nós hesitamos; então o coração começa a disparar, e toda a excitação não consegue fluir para a atividade, e temos 'medo de palco'" (PERLS, 1977, p.15-16). O autor destaca que a ansiedade possui uma fórmula simples de se entender: "é o vácuo entre *o agora* e *o depois*. Se você estiver no agora não pode estar ansioso, porque a excitação flui imediatamente em atividade espontânea" (PERLS, 1977, p.15-16).

Para a Gestalt-Terapia, a pessoa que consegue viver no aqui e agora desenvolverá suas atividades com criatividade e inventividade. Tal como a criança, mencionada por Perls (1977) como exemplo de espontaneidade, uma pessoa no aqui e agora estará preparada para encontrar a solução à demanda a partir da atenção aos cinco sentidos que captam informações do mundo externo. Por isso, na proposta terapêutica da abordagem gestáltica o conflito tem papel primordial, desde que surja da combinação de circunstâncias no aqui e agora, ou seja, para além das repetições de ajustamentos neuróticos aprendidos no passado, como se fosse um convite ao crescimento. Perls (1975, p.83) sugere algumas frases que podem ser transpostas à proposta esboçada no presente texto: "'aqui e agora' ou 'agora estou consciente de', são escolhidas não só para trazer à tona a camada superior (...), mas também clarear o caminho para o reconhecimento de todas as suas funções, especialmente suas disfunções, conflitos e atitudes de escape". "Agora estou consciente de", pode ser uma frase para o protagonista amador se conscientizar sobre os conteúdos não-verbais que seu corpo está transmitindo no aqui e agora de preparação à exposição ao olho da câmera. Dessarte, quem sabe, a pessoa poderá encontrar a ampliação da consciência das mensagens sem palavras oriundas das tensões musculares e emoções que seu corpo vivencia no *set* para, então, decidir o que fará a partir de tal conscientização.

Entendo que a categoria gestáltica do aqui e agora, poderá auxiliar o protagonista amador a posicionar corpo/mente no espaço/tempo presente e buscar a autorregulação organísmica no *set* (meio). Para tanto, a interação com o diretor de cena poderá servir de auxílio ao rompimento das fantasias mentais alimentadas pela pessoa, levando-a a entender que a câmera não é amistosa ou hostil. Em outras palavras, cria-se a oportunidade de perceber a circunstância no ponto-zero. Dessa forma, ao se conscientizar integralmente no aqui e agora, e conversar abertamente com o diretor de cena, explicando suas dúvidas, receios, etc., a pessoa poderá decidir como atuará (ou não atuará) no audiovisual, responsabilizando-se por sua escolha.

LUZ, CÂMERA E (AMPLI)AÇÃO DA CONSCIÊNCIA

No momento da gravação de um documentário com protagonistas amadores é costumeiro a câmera fazer um enquadramento chamado de primeiro plano, onde a pessoa entrevistada é filmada em um ângulo que vai do seu tórax até a cabeça. Assim, quando alguém assistir o vídeo, receberá informações de duas fontes com origem no organismo da pessoa:

- A fala – caracterizada pela tradução em palavras do discurso pré-elaborado mentalmente pela pessoa que está frente à câmera;
- Os movimentos corporais – caracterizados pela movimentação dos olhos, das sobrancelhas, do nariz, da boca, dos músculos da face, das mãos, etc. do protagonista.

Nesse sentido, alguns hábitos corporais das pessoas sem experiência com exposição à câmera de filmagem podem estar interrompendo a fluidez do discurso por não se adequarem àquele contexto. Perls (2002) acreditava que os hábitos criados pelas pessoas aliviam as tarefas da função Ego já que somente é possível a concentração efetiva em um item por vez. A concentração à qual Perls se refere é aquela em que o objeto ocupa o primeiro plano sem esforço ou imposição e não engendra nenhum conflito interno ou desacordo com a concentração. Para exemplificar como as pessoas se concentram efetivamente em apenas uma coisa por vez, imagine um artista executando uma peça musical ao piano. Enquanto sua concentração à peça é total, tudo flui espontaneamente.

ISBN 978-65-5360-951-8 - Vol. 1 - Ano 2025 - www.editoracientifica.com.br

Contudo, basta que o pensamento se foque por um instante na preocupação com a avaliação que o outro faz de seu desempenho para que a concentração seja interrompida. Nas palavras de Perls:

> "O elemento essencial em todo progresso, em todo sucesso, é a concentração. Você pode ter todos os talentos, todas as facilidades no mundo, mas sem concentração estes são inúteis. (...) a concentração tem algo a ver com interesse e atenção, sendo as três concepções muitas vezes usadas como sinônimos. (...) Interesse significa estar numa situação; concentração significa penetrar exatamente no centro (núcleo, essência) de uma situação; e atenção significa que uma tensão é dirigida a um objeto. Não há raízes mágicas nestas expressões. São descrições simples de um estado, uma ação e uma direção. Comum a todos os três termos é o fato de serem diferentes expressões do fenômeno figura-fundo" (PERLS, 2002, p.263).

Assim, em um organismo saudável, os hábitos cooperam com o holismo. Entretanto, também há certa inadequação dos hábitos devido a algumas circunstâncias, como por exemplo, o avanço da idade, a mudança de cidade ou país, etc. Nessas circunstâncias, os hábitos levam à desarmonia e ao conflito ao invés de comporem a integralidade. Por isso, em alguns casos, a desautomatização é exigida, bem como o treino de novas atitudes via aplicação de determinadas técnicas, como a que proponho no presente texto.

Entretanto, a aquisição de uma nova atitude ou habilidade é uma tarefa que exige exercício, basta lembrar de quanto tempo leva-se para aprender a escrever, dirigir um carro ou guiar uma bicicleta. Mas, após o exercício disciplinado da nova atitude/habilidade, aqueles comandos que pareciam impossíveis passarão, aos poucos, a ser realizados com fluência. Para Perls (2002), a concentração é uma excelente estratégia para se desenvolver uma nova habilidade e destaca que concentração é o oposto de evitação[15]. Ainda é importante frisar que ele falava da concentração no objeto que exige se tornar figura a partir da necessidade organísmica dominante no contexto do aqui e agora. Para Perls (2012), a escolha existencial eficiente só ocorre quando há integração entre a

15 Para Perls (2002), a evitação do contato é a característica principal do ajustamento neurótico.

espontaneidade e o propósito. Por isso, entendo que o protagonista amador pode dar-se conta do campo total, daquilo que ocorre com seu organismo no *set* para, então, agir espontaneamente e com propósito diante da câmera. Como já visto anteriormente, na abordagem gestáltica, a técnica de *Awareness* fornece um instrumento que permite o foco em cada sintoma, para que a pessoa aprenda sobre si mesma e seu ajustamento neurótico. Em outras palavras, a pessoa olha para a sua vivência no aqui e agora, como a está experimentando com seu organismo, e aprende sobre a inter-relação entre seus sentimentos e comportamentos.

Em minha proposta, a técnica de ampliação da consciência visa auxiliar o protagonista amador a identificar as interrupções em seu organismo para possibilitar que seu corpo flua na mesma direção do discurso que pretende trazer à tona via audiovisual. Como destaquei nas seções anteriores, a técnica de ampliação da consciência que apresento se baseia em quatro premissas da Gestalt-Terapia: figura/fundo; autorregulação organísmica; holismo; aqui e agora. Entretanto, é importante pontuar que tais premissas não são vistas individualmente na técnica, como se fossem objetivos a serem alcançados pela pessoa na interação com o diretor de cena. Se assim o fosse, a trilha apontaria em direção oposta à proposta de olhar autorregulado, holístico e atual (no aqui e agora) do processo figura/fundo que emerge no *set*. O intuito é buscar a integração das quatro premissas, sem distingui-las na execução da técnica, com o intuito de auxiliar a pessoa em sua ampliação da consciência como protagonista frente à câmera.

A distinção das premissas, da forma como apresentei previamente, deve-se apenas ao objetivo didático e para cumprir o intuito de validação acadêmica, mas o que busco não é a fragmentação, mas sim, o olhar holístico, em consonância com a prática terapêutica gestáltica. Em síntese, cada uma das premissas – figura/fundo, autorregulação organísmica, holismo, aqui e agora – compõe o processo de ampliação da consciência, mas sem que seja explicitamente delimitada a sua finalidade no processo que levou a pessoa ao novo espaço/tempo de ação no aqui e agora. Com base nas proposições teóricas e técnicas enunciadas por Perls, meu objetivo é que o protagonista amador se posicione conscientemente no ponto de equilíbrio (ponto-zero), ou seja, no espaço/tempo que o permita ser espontâneo e autêntico, por estar em autorregulação

ISBN 978-65-5360-951-8 - Vol. 1 - Ano 2025 - www.editoracientifica.com.br

organísmica. Minha interpretação é que a pessoa age sem espontaneidade e sem autenticidade diante da câmera, pois os estímulos que foram recebidos e levaram à ação inautêntica não se tornaram conscientes. Por isso, ao invés de agir em equilíbrio com o *set*, a pessoa está sintonizada mentalmente em outro espaço. Mas, nesse espaço inautêntico no qual ela se encontra existe uma mensagem implícita e, por isso, sugiro as perguntas:

- Que mensagem é essa?
- Faz a pessoa se sentir bem (conforto) ou mal (desconforto)?
- Como esse conforto ou desconforto é sentido?
- Em que parte do corpo é sentido?

Aqui entra a técnica que proponho. Parece-me que se o protagonista amador conseguir ampliar a consciência sobre quilo que faz como reflexo automático, quiçá, poderá construir um discurso mais integral (corpo/mente) diante da câmera. Para tanto, talvez seja necessário que o diretor de cena repita o ato de identificação do reflexo (por exemplo, avisar a pessoa toda vez que sua testa franzir), para que a ampliação da consciência ganhe espaço e o organismo da pessoa perceba que aquela atitude automática não é necessária naquele ambiente.

Enfim, como Perls destacou, o tempo/espaço são o palco das mudanças na substância do mundo e toda mudança representa a aproximação ou o afastamento das partículas que compõe o mundo: "tudo está num estado de fluxo – mesmo a densidade da mesma substância muda com diferenças de pressão, gravitação e temperatura" (PERLS, 2002, p.55). A proposição é que o protagonista amador e o diretor de cena se encontrem no ponto de equilíbrio e simplesmente deixem a situação fluir, espontaneamente, no espaço/tempo do aqui e agora, como se faz em um diálogo, pois cada processo terá seu próprio movimento autêntico.

Níveis da técnica de Ampliação da Consciência no *set*

Para Perls (1977), o processo de *awareness* abarca três níveis: a consciência de si mesmo; a consciência do meio; a consciência do que está na vida

de fantasia. Para o autor, enquanto a pessoa se fixa na vida de fantasia, ela se impede de fechar a circunstância em figura, bem como impossibilita o contato consigo mesma ou com o meio. Seguindo a compreensão de Perls, a proposta de técnica de ampliação da consciência a ser empregada na relação entre o diretor de cena e o protagonista amador frente à câmera no *set* de gravação audiovisual também tem três níveis:

- Consciência de si mesmo – espelhar o protagonista amador;
- Consciência do meio – aceitar o *set*;
- Consciência da vida de fantasia – entender a ficção.

Na abordagem gestáltica, o terapeuta utiliza perguntas que estimulam o consulente a ver a situação de forma mais ampla e holística. As perguntas originam-se da observação do discurso e do corpo do consulente e buscam levar à ampliação da consciência sobre a forma utilizada para lidar com a circunstância. Segundo Perls (2012), quando o terapeuta traduz suas observações em perguntas ao invés de afirmações, ele facilita o processo de direcionamento da carga principal de verificação e ação ao consulente. Igualmente, entendo que as questões poderão ser o principal elemento utilizado na proposta que se esboça aqui. Sugiro que o diretor de cena apresente questionamentos e espelhe os comportamentos corporais do protagonista amador, com o objetivo de ajudá-lo a integralizar a figura que se forma em sua mente, fazendo-a coincidir com a circunstância possível no mundo externo (*set* de filmagem). Assim, pelo menos idealmente, evita-se que a vida de fantasia provocada pelo ensaio mental da pessoa se transforme em um impeditivo de sua espontaneidade. Além disso, talvez seja uma boa oportunidade para a ampliação da consciência daquilo que acontece com a integralidade do organismo. Afinal, pode ser que o organismo da pessoa interprete a câmera como uma figura ameaçadora da qual deva fugir ou com a qual deva lutar. Talvez esse desafio não implique as gerações atuais, que nasceram frente às câmeras e que manipulam cotidianamente equipamentos diversos que possibilitam gravações de imagem e som. Todavia, mesmo um aluno de graduação do campo acadêmico do Audiovisual poderá se beneficiar da técnica de ampliação da consciência ao entender os processos (externos e internos) e, dessa forma, evitar que a equipe de gravação da qual participa

ISBN 978-65-5360-951-8 - Vol. 1 - Ano 2025 - www.editoracientifica.com.br

intimide o protagonista amador com o aparato tecnológico ou com o discurso técnico da área.

Ainda é importante destacar que a concentração é essencial para a realização da técnica de ampliação da consciência. No entanto, trata-se de uma concentração espontânea, sem forçar o processo. Ao apresentar a técnica de concentração, Perls (2002) destacou que a solução para tal dilema está na aplicação do método de tentativa-e-erro. O autor exemplifica dizendo que o bebê tenta repetidas vezes dominar o mecanismo de andar, mas sem se forçar, e assim procede até conseguir coordenar adequadamente seu sistema motor. Perls sugere que as pessoas não se importem com as falhas que venham a ocorrer, pois cada tentativa trará à superfície um aspecto que poderá ser trabalhado e suscitará a compreensão e assimilação daquilo que pode estar causando a inibição. Além disso, Perls sugere que a pessoa não condene os atos não-espontâneos, mas esteja satisfeita em simplesmente observar, sem interpor prematuramente. Em sucessão, a pessoa poderá dedicar um tempo para fazer a averiguação e depreender o sentido que subjaz a tal movimento do corpo. Se, após algumas tentativas, ainda restar certo bloqueio à concentração, Perls sugere a aplicação da técnica de descrição. Ou seja, a pessoa poderá contar detalhes da experiência que está vivendo no aqui e agora. Da mesma forma, sugiro que o método de tentativa-e-erro, e as etapas subsequentes, seja empreendido pelo diretor de cena junto ao protagonista amador, em busca da espontaneidade e da autenticidade.

Na sequência, apresento os três níveis que compõe a técnica proposta, acompanhados das hipóteses que os originaram, as estratégias que podem ser utilizadas para alcançar aquela ampliação de consciência e as perguntas que o diretor de cena pode utilizar para auxiliar a pessoa no processo de conscientização. Entretanto, é importante destacar que não se espera que o diretor de cena exerça um papel ativo no processo. A sugestão é que ele apresente a pergunta e deixe que a pessoa observe e clarifique a figura que quer emergir naquela situação. Além disso, a numeração dos níveis não significa que eles deverão ser realizados na sequência enumerada. Inclusive, talvez a passagem por apenas um nível já seja suficiente à ampliação da consciência sobre as intenções em participar do documentário. Idealmente, seria uma oportunidade para diretor de cena e protagonista amador constituírem um espaço harmonioso, espontâneo

e autêntico, de forma similar ao que ocorre naqueles momentos de diálogo com desconhecidos que, muitas vezes, nos ajudam na aproximação a um ambiente que ainda não sabemos se é amigável ou hostil.

Consciência de si mesmo – espelhar o protagonista amador

Hipótese: se a pessoa se der conta de suas auto-interrupções na gravação do audiovisual e souber que é isto o que está fazendo, consequentemente, perceberá o que a está interrompendo. É claro que a reflexão do protagonista amador poderá levá-lo à decisão de abandonar a ideia de agir espontaneamente diante da câmera ou até mesmo desistir da experimentação.

Estratégia: observar/espelhar o corpo da pessoa e auxiliá-la no entendimento das mensagens que determinados movimentos corporais querem transmitir enquanto profere seu discurso frente à câmera.

Sugestões de perguntas do diretor de cena ao protagonista amador:

- Olhe para o seu corpo aqui e agora e diga-me que emoção aparece como figura quando faz tal gesto? Que palavras poderia sintetizar seu sentimento aqui e agora?
- Olhe para tal gesto (repetir um movimento que a pessoa fez repetidamente) e traga para à consciência o que você quer ou espera alcançar com tal gesto?
- Há algum discurso de censura em sua mente? Observe como tal impedimento ocorre em seu corpo, como as tensões, por exemplo.

Consciência do meio – aceitar o *set*

Hipótese: a pessoa perde a espontaneidade diante da câmera, pois não está no seu meio habitual. O protagonista amador não consegue interagir com o olho da câmera, nem mesmo fingir que seja o olho de outra pessoa, pois o aparato tecnológico não lhe dá indícios corporais que remetam às emoções que sente em interações cotidianas.

Estratégia: apresentar a equipe de produção do audiovisual e o aparato tecnológico (câmera e demais equipamentos) para que a pessoa possa se

ISBN 978-65-5360-951-8 - Vol. 1 - Ano 2025 - www.editoracientifica.com.br

familiarizar com o *set* de filmagem e, assim, encontrar certa espontaneidade diante da câmera, como o faria na primeira experimentação de um local desconhecido.

Sugestões de perguntas do diretor de cena ao protagonista amador:

- Observe o *set* ao seu redor e diga o que o olho da câmera representa nesse ambiente? Feche os olhos e imagine a câmera representando o oposto. Expresse os sentimentos positivos e negativos com relação à câmera. É possível encontrar um equilíbrio entre os polos?
- O que poderia trazer conforto ao *set*? Gostaria de interagir com alguém?
- Que atitudes eu posso tomar para ampliar seu conforto no *set*?

Consciência da vida de fantasia – entender a ficção mental

Hipótese: a pessoa criou uma fantasia mental de seu desempenho durante a filmagem e distanciou-se da consciência espontânea e autêntica. Afinal, o protagonista amador tem dificuldade de falsear diante da câmera, como faria um ator.

Estratégia: ajudar a pessoa a olhar para seu mundo interior em consonância com a realidade exterior e, assim, encontrar a integralidade ou o holismo da experiência que ela vive diante da câmera, sem ficções.

Sugestões de perguntas do diretor de cena ao protagonista amador:

- Qual seu pensamento no aqui e agora? Onde está a sua mente? Importa-se em ser um bom protagonista no *set*?
- O que o olho da câmera representa em sua fantasia? Um inquiridor? Um examinador? Feche os olhos e visualize a câmera como se fosse uma pessoa que lhe traz conforto.
- Descreva alguma característica de um ambiente que instiga a agir com autenticidade e espontaneidade. Podemos experimentar essa característica aqui e agora?

Por fim, ressalto que a proposição de técnica é mais provocativa do que conclusiva. Percebo-a como uma oportunidade de reflexão e experimentação de circunstâncias que propiciem uma relação com o *set* mais harmoniosa, espontânea, autêntica e sempre em transformação – em uma alusão ao famoso

enunciado de Lavoisier: nada se cria, nada se perde, tudo se transforma. Em outras palavras, trata-se de uma oportunidade para observar, nomeadamente, a intenção da ação do protagonista amador de participar do documentário e, dessa forma, abrir espaço para que a pessoa amplie sua consciência e se responsabilize pela forma escolhida para interagir (ou desistir de interagir) com a câmera.

CONSIDERAÇÕES FINAIS

A sistematização proposta aqui, que culminou na técnica de ampliação da consciência no *set* audiovisual, trouxe em si o incentivo a práticas mais humanizadas e eficazes em filmagens com pessoas que não estão acostumadas com as câmeras, além de incentivar a aplicação, via transposição, de abordagens terapêuticas gestálticas na direção de cena. Para tanto, Fritz Perls foi o principal ancoradouro, mas também revisitamos outros autores pioneiros da Gestalt-Terapia como Joslyn, Resnick e Stevens. Agora, em vias de encerrar o presente capítulo, gostaria de trazer à tona uma citação de Maslow, enunciada quando ele divulgou sua proposta de Psicologia do Ser:

> Nesta reunião, estamos tateando o caminho para o fenomenológico, o experiencial, o existencial, o idiográfico, o inconsciente, o privado, o profundamente pessoal; mas ficou claro, para mim, que estamos tentando fazê-lo numa atmosfera ou moldura intelectual herdada, que é inteiramente inadequada e fria, a que poderíamos chamar até proibitiva. (...). Numa palavra, insistimos em tentar usar os cânones e modos tradicionais da ciência impessoal em nossa ciência pessoal, mas estou convencido de que isso não funcionará (MASLOW, 1968, p. 252).

De forma análoga, permito-me espontaneamente e autenticamente reconhecer que não sei o eco que a proposta provocativa de técnica de ampliação da consciência encontrará no ambiente de trabalho acadêmico ou de produção audiovisual. No entanto, tal reconhecimento também é um ato de incentivo a experimentos que possam servir de testagem de minhas hipóteses ou mesmo de apresentação de antíteses àquilo que ponderei. Parece-me que, a partir de vivências transformadas da técnica de ampliação da consciência, poder-se-á arregimentar ensaios de espontaneidade na relação entre, por exemplo, o entrevistado e a câmera.

ISBN 978-65-5360-951-8 - Vol. 1 - Ano 2025 - www.editoracientifica.com.br

Atualmente, gosto de olhar para qualquer técnica de ampliação da consciência como sendo uma ferramenta passageira, como se fosse uma muleta, que ajudará a pessoa a lidar a trajetória no aqui e agora, enquanto ela constitui um repertório interno. Contudo, sinta-se convidado a experienciar minhas proposições em um *set* audiovisual, mesmo que os recursos financeiros sejam escassos. Minha prática com documentários[16] tem demonstrado que a realização de obras audiovisuais com estudantes, docentes e técnicos voluntários é viável e enriquecedora (HACK, 2024b). Além dos resultados práticos obtidos, que pode ser a realização de um documentário, certamente as reflexões advindas da experimentação contribuirão ao crescimento pessoal dos envolvidos. Afinal, o aprimoramento de aspectos instrumentais poderá propiciar um produto que será, ao mesmo tempo, admirado por sua qualidade técnica e também por sua espontaneidade e autenticidade.

REFERÊNCIAS

GOLDSTEIN, K. **The Organism: A holistic approach to biology**. New York: The American Book Co. 1939.

HACK, J. R. **Tecnologias na Educação**. Florianópolis: Editora da UFSC, 2017.

HACK, J. R. Consciência Gestáltica: a busca de autorregulação do organismo (corpo/mente). **Ciências & Cognição**. Rio de Janeiro, v.26, n.1, 2021, p. 51-65.

HACK, J. R. Doctor Jekyll e Mister Hyde no contexto das redes sociais: uma abordagem gestáltica. **Vivências** (URI. Erechim). v.20, n.40, 2024a, p. 235-250.

HACK, J. R. Afetividade no contexto educativo via técnica Digital Storytelling. **Revista Contemporânea**. [S.l.] v. 4, n. 6, 2024b, p. e4265

HACK, J. R. Gestalt-terapia e produção de audiovisuais. **Revista IGT na Rede**. Rio de Janeiro. v. 17, n. 33, 2020a. p.226–245.

HACK, J. R. Uma Proposta de Consciência Gestáltica para Professores no Setting de Gravação Audiovisual. **Id on Line Rev.Mult.Psic.** Jaboatão dos Guararapes. vol.14, n.51, 2020b, p. 542-559.

16 Para conhecer alguns documentários que supervisionei nos últimos anos, acesse o link: https://hack.prof.ufsc.br/audiovisuais

JOSLYN, M. **Figura/fundo: Gestalt/Zen**. *In*: STEVENS, J. O. (org.). **Isto é Gestalt**. 7a edição. São Paulo: Summus. 1975/1977. p.303-326.

KOFFKA, K. **Principles of Gestalt Psychology**. Oxon: Routledge. 1935.

LEWIN, K. **Principles of topological Psychology**. Eastford: Martino Fine Books. 1936.

LEWIN, K.; CARTWRIGHT, D. (Ed.). **Field theory in social science**. New York: Harper. 1951.

MASLOW, A. H. **Introdução à Psicologia do Ser**. Rio de Janeiro: Eldorado, 1968.

PERLS, F. **A abordagem gestáltica e testemunha ocular da terapia**. 2a. edição. Rio de Janeiro: LTC. 1973/2012.

PERLS, F. **Ego, Fome e Agressão: uma revisão da teoria e do método de Freud**. São Paulo: Summus. 1942/2002.

PERLS, F. **Escarafunchando Fritz: dentro e fora da lata de lixo**. São Paulo: Summus. 1969/1979.

PERLS, F. **Gestalt-Terapia e potencialidades humanas**. *In*: STEVENS, J. O. (org.). **Isto é Gestalt**. 7a edição. São Paulo: Summus. 1975/1977a. pp.19-28,

PERLS, F. **Gestalt-Terapia explicada**. 10a edição. São Paulo: Summus. 1969/1977.

PERLS, F. **Moral, fronteira do ego e agressão**. *In*: STEVENS, J. O. (org.). **Isto é Gestalt**. 7a edição. São Paulo: Summus. 1975/1977b. pp.49-62.

PERLS, F. **Resolução**. *In*: STEVENS, J. O. (org.). **Isto é Gestalt**. 7a edição. São Paulo: Summus. 1975/1977c. pp.99-106.

PERLS, F. **Teoria e técnica de integração da personalidade**. *In*: STEVENS, J. O. (org.). **Isto é Gestalt**. 7a edição. São Paulo: Summus. 1975/1977d. p.69-98.

PERLS, F.; HEFFERLINE, R.; GOODMAN, P. **Gestalt-Terapia**. 2a edição. São Paulo: Summus. 1951/1997.

RESNICK, S. **Gestalt-terapia como prática meditativa**. *In*: STEVENS, J. O. (org.). **Isto é Gestalt**. 7a edição. São Paulo: Summus. 1975/1977. pp.295-302

STEVENS, B. **Trabalho corporal**. *In*: STEVENs, J. O. (org.). **Isto é Gestalt**. 7a edição. São Paulo: Summus. 1975/1977. pp.211-248.

STEVENS, J. O. **Apoio e equilíbrio**. *In*: STEVENS, J. O. (org.). **Isto é Gestalt**. 7a edição. São Paulo: Summus. 1975/1977. pp.355-359.

WERTHEIMER, M. **Laws of organization in perceptual forms**. *In*: ELLIS, W. D (Ed.). *A source book of Gestalt psychology*. London: Kegan Paul. 1938.

YONTEF, G. M. **Processo, diálogo e awareness: ensaios em Gestalt-Terapia**. 2a edição. São Paulo: Summus. 1998.