

## CRIATIVIDADE, RESILIÊNCIA E SAÚDE MENTAL: UM ESTUDO TEÓRICO- CONCEITUAL

### *Creativity, resilience and mental health: a conceptual – theoretical study*

Lisete **Barlach**<sup>1</sup>

#### **Resumo**

As grandes questões de saúde mental, tais como a depressão e o suicídio, cada vez mais presentes na atualidade, são analisadas a partir do enrijecimento do pensamento, contrapondo-se à resiliência, tida como flexibilidade mental, e assumida como promotora da saúde mental. A criatividade, avessa à imitação, plágio, rotina, cópia ou repetição, afigura-se como antídoto aos diversos tipos de compulsões e pensamentos obsessivos da contemporaneidade. Sob a forma de proposições teórico-conceituais, o estudo reafirma a criatividade como base para a saúde mental e para o desenvolvimento pleno do sujeito. Diversos autores, teóricos e pesquisadores desse campo, são estudados, destacando-se Donald Winnicott, Hector Fiorini, Jean Piaget e Kurt Lewin, formando um rico mosaico teórico-conceitual.

**Palavras-chave:** criatividade; saúde mental; compulsão; contemporaneidade.

#### **Abstract**

Great mental health problems, such as depression and suicide, more and more present in contemporaneous scenario, are analyzed through mental rigidity, as opposed to resilience, assumed as mental flexibility, capable of promoting mental health. Creativity, averse to imitation, plagiarism, routine, copy or repetition, represent the antidote to the various kinds of compulsions and obsessive thoughts. Throughout theoretical and conceptual propositions, the study state that creativity embeds mental health as basic element, as well as to the full development of the individual. Various scholars and different authors in the field are studied, detaching Donald Winnicott, Hector Fiorini, Jean Piaget and Kurt Lewin, composing a rich theoretical-conceptual mosaic.

**Key-words:** creativity; mental health, compulsion; contemporaneity.

#### **Resumen**

Los principales problemas de salud mental, como la depresión y el suicidio, cada vez más presentes hoy en día, se analizan a partir del endurecimiento del pensamiento, oponiéndose a la resiliencia, considerada como flexibilidad mental, y asumida como promotora de la salud Mental. La creatividad, que no es la imitación, el plagio, la rutina, la copia o la repetición, aparece como un antídoto contra los diversos tipos de pensamientos compulsivos y obsesivos de la contemporaneidad. En forma de propuestas teórico-conceptuales, el estudio reafirma la creatividad como base para la salud mental y el pleno desarrollo del individuo. Muchos autores e investigadores en esto campo son estudiados, como Donald Winnicott, Hector Fiorini, Jean Piaget y Kurt Lewin, componiendo así un rico mosaico teórico-conceptual.

**Palabras clave:** creatividad; salud mental; compulsión; contemporaneidad.

<sup>1</sup> Doutora em Psicologia Social. Docente da Escola de Artes, Ciências e Humanidades da Universidade de São Paulo. E-mail: lisbar@usp.br

### **Introdução: criatividade e saúde mental**

De acordo com Da Silva Oliveira, De Cássia Nakano, & Wechsler (2016), as relações entre criatividade e saúde mental vêm sendo pesquisadas “há mais de cinco séculos”. Entretanto, os autores assinalam que o enfoque psicopatológico ainda predomina sobre a identificação dos aspectos sadios presentes na relação entre eles.

Para Gillam (2013), ao analisar personalidades reconhecidamente criativas que apresentam problemas psicopatológicos, perpetua-se o estereótipo do cientista ou do artista louco, conferindo um caráter caricato à questão, sem tocá-la de forma objetiva.

Ao longo da última década, os estudos colocaram a criatividade como uma característica positiva e relevante para o desenvolvimento humano, presente em todos os indivíduos, alterando-se somente seu nível, ou ainda, a intensidade de sua expressão (Da Silva Oliveira et al., 2016, p. 1496). Ao mesmo tempo, a compreensão sobre a díade saúde - doença tem sido revisitada, dentro de uma preocupação dos profissionais em não apenas tratar a patologia, mas além disso, promover a saúde e o bem-estar dos indivíduos. Para essas autoras, o paradigma da Psicologia Positiva tem contribuído com mudanças na compreensão dessa relação na última década.

Alencar (2007) enfatiza que qualquer indivíduo tem potencial criativo e que sua repressão poderá impossibilitar um sentimento de auto realização pessoal e a impossibilidade de descoberta de novos talentos.

Segundo Wechsler (2008, p.84, citada por Garcês et al., 2013, p. 273): “considerando-se a criatividade como forma de ajudar o indivíduo a desenvolver totalmente o seu potencial, ela dará ao indivíduo forças internas para resolver os seus problemas presentes e condições para reagir, criativamente, a problemas futuros. Assim sendo, a criatividade pode ser vista como uma forma de assegurar a saúde mental nas diversas fases da vida”.

O estudo sobre a interface entre a criatividade e a saúde mental assume novos contornos, ao compreender o papel que ela [criatividade] pode exercer no desenvolvimento da resiliência (Barlach, 2005; 2009) pela interposição de soluções criativas para o enfrentamento das adversidades e conseqüente redução do sofrimento psíquico.

No presente artigo, são apresentadas e discutidas as contribuições de Donald Winnicott, da teoria da Gestalt e da teoria de campo de Kurt Lewin, além da visão sobre o tema proposta por Piaget, como subsídios à análise da compulsão à repetição como patologia da contemporaneidade e seu antídoto, a criatividade, como componente da resiliência e apoio à saúde mental.

### **As contribuições de Donald Winnicott e Hector Fiorini**

Winnicott (1975, p. 95) convida seu (sua) leitor (a) a “[evitar] que a palavra criatividade se perca ao referi-la apenas à criação bem-sucedida ou aclamada” e propõe significá-la como “um colorido de toda a atitude com relação à realidade externa”. Para ele, “*é através da apercepção criativa, mais do que qualquer outra coisa, que o indivíduo sente que a vida é digna de ser vivida*” (grifos nossos).

Em seqüência, o autor afirma que outras formas de ver a vida, especialmente aquelas em que o indivíduo se coloca em posição submissa à realidade externa, caracterizam-se como patológicas. “Viver criativamente constitui um estado saudável, [ao passo que] a submissão é uma base doentia para a vida”.

Separar a ideia de criatividade das obras de arte, entretanto, é questão crucial para a melhor compreensão desse fenômeno. Diz o autor:

“É verdade que uma criação pode ser um quadro, uma casa, um jardim, um vestido, um penteado, uma sinfonia ou uma escultura; [inclusive] uma refeição preparada em casa. Dizendo melhor, talvez, essas coisas poderiam ser criações. A criatividade

que me interessa aqui é uma proposição universal. Relaciona-se ao estar vivo” (Winnicott, 1975, p. 98).

Apoiando-se nas palavras de Winnicott, pode-se assumir que, em quadros de depressão - uma das patologias da contemporaneidade -, a sensação é de dias sempre iguais, e de um grau elevado de submissão a pensamentos de fuga ao enfrentamento e, em muitos casos, de recusa a viver, ao não identificar sentido para a continuidade do existir.

Entretanto, o mesmo autor, estudioso da criatividade como fator crucial da saúde mental, faz menção a um trabalho anterior de sua própria autoria, ao afirmar:

“Como já indiquei, é necessário considerar a impossibilidade de uma destruição completa da capacidade de um indivíduo para o viver criativo, pois, mesmo no caso mais extremo de submissão, e no estabelecimento de uma falsa personalidade, oculta em alguma parte, existe uma vida secreta satisfatória, pela sua qualidade criativa ou original a esse ser humano” (Winnicott, 1975, p. 99).

Essa questão - a impossibilidade da destruição completa da capacidade criativa do indivíduo - é crucial para entender a busca pela emancipação e plenitude humana, e também a resiliência, definida como enfrentamento criativo das adversidades (Barlach, 2005).

A partir do pensamento de Lubart (2007), é possível afirmar que a visão oriental é mais apropriada para compreender a criatividade como promotora da saúde mental, uma vez que se trata de um estado e não de um produto. Tal estado mental é caracterizado pelo fluir da energia vital, se contraposto às compulsões à repetição, descritas por Freud como base da neurose.

Em 1920, Freud afirmava a tendência da vida psíquica a evitar o desprazer e a tendência à inércia, apontando para o funcionamento repetitivo do aparelho psíquico. Ao se utilizar, pela primeira vez, do termo compulsão à repetição (*Wiederholungszwang*), Freud se refere às experiências reprimidas, das quais o enfermo não se pode recordar, acabam sendo repetidas como vivências atuais na situação analítica, após a repressão ter sido um pouco atenuada. Assim, a compulsão à repetição que se manifesta como transferência é de início apresentada como uma manifestação do reprimido inconsciente. Para Caropreso e Simanke (2006), os neuróticos repetem assim experiências afetivas que, mesmo quando ocorreram, produziram desprazer. Trata-se de pulsões que estavam destinadas a conduzir à satisfação, mas cuja ação produziu apenas desprazer (Freud, 1920 / 1974). Apesar de tais experiências terem fracassado em sua meta original, uma compulsão impõe sua repetição. Esse fenômeno parece tornar legítima a suposição de que existe na vida psíquica uma compulsão à repetição, que opera para além do princípio do prazer (Caropreso & Simanke, 2006, p. 218).

Entendida como oposição à repetição, a criatividade assume o contraponto da neurose e da compulsão à repetição. Nesse sentido, Fiorini (1986, p. 137) entende a criatividade como a “mobilização produtiva de um sistema de dinamismos psíquicos que impelem [...] à realização, à construção, ao crescimento, ao desenvolvimento”. Para o autor, faz-se mister “outorgar a esses dinamismos um lugar no aparelho psíquico”, evitando a ênfase que a psicologia, a psicoterapia e a psicanálise deram à doença e às enfermidades, e o correlato descuido da saúde. Ele busca “mostrar a necessidade e possibilidade de pensar a criatividade como um sistema de funcionamento especial dentro do psiquismo, [...] com traços distintivos próprios, não derivados necessariamente de outros sistemas, como os compreendidos nas formulações freudianas de princípios de prazer ou de realidade” (Fiorini, 1986, p. 138).

A ideia da criatividade como um “terceiro princípio do acontecer psíquico” é desenvolvida por Fiorini (1986, p. 153) a partir da teoria de Winnicott, já mencionada anteriormente. Esse terceiro sistema é capaz de construir, entre mundos diversos, estruturas

que os compreendem e que remodelam suas relações (Fiorini, 1986, p. 154), confirmando as definições de criatividade como combinação de elementos (Barlach, 2009).

Fiorini segue seu raciocínio afirmando que “o objeto da criatividade é o transformável de todo objeto, de qualquer objeto ou conjunto de objetos, na medida em que a este se aplica um trabalho de modificações reestruturantes individuais ou grupais” (Fiorini, 1986, p. 153). É importante frisar que, ao se referir ao transformável de qualquer objeto, Fiorini se aproxima de Piaget quando este último vê na criatividade a atualização dos possíveis, pela superação das pseudonecessidades (Piaget & Feider, 1985).

Quanto ao sujeito da criatividade, Fiorini o entende como “um conjunto de funções que configuram capacidades transformadoras”, envolvendo múltiplas funções egóicas, como registros, confrontações, avaliações, elaborações, indagações, mas também “capacidade de suportar incerteza, frustração, tolerar determinada intensidade de angústia [e] funções vinculadas ao controle de impulsos” (Fiorini, 1986, p. 157).

Kamoto segue o raciocínio de Winnicott ao afirmar que a análise do acontecimento criador deve se apoiar em um tripé e, portanto, considerar três aspectos-chave: o potencial criador, a experiência criativa e as condições afetivas que favorecem a ocorrência do acontecimento – o “clima” (Kamoto, 2000). Potencial inato ao ser humano, a criatividade é associada à “abordagem do indivíduo à realidade externa” e impacta o desenvolvimento humano tanto na estruturação da personalidade quanto no estabelecimento de uma relação “verdadeira” com o mundo, isto é, uma relação pautada pelos parâmetros da realidade. A experiência criativa é “uma forma básica de viver” (Kamoto, 2000) e pode ser compreendida a partir dos conceitos de objeto transacional e espaço potencial (Winnicott, 1975).

O espaço potencial refere-se a uma área intermediária de experiência, situada entre a realidade interna e externa, na qual participam tanto uma quanto a outra; ele está fora do indivíduo, mas não é o mundo externo. Em continuidade direta com a área do brincar da criança pequena, nele tem lugar tanto o brincar da criança quanto, no ser adulto, as artes, a religião, o viver imaginativo e o trabalho científico criador, ou seja, a cultura.

Quanto ao conceito de objeto transacional, Winnicott ensina que estes recebem esta denominação porque correspondem “à transição de um estado em que o bebê está fundido com a mãe para outro em que está em relação com algo externo e separado” (Kamoto, 2000, p. 78). O objeto transicional “guarda consigo a possibilidade concreta de ser o ‘não-eu’ ao mesmo tempo em que verdadeiramente representa o ‘eu’” (Kamoto, 2000, p. 79). Para Winnicott, existe uma evolução direta dos fenômenos transicionais para o brincar, do brincar para o brincar compartilhado e deste, para as experiências culturais.

As bases teóricas encontradas em Winnicott e estudadas por Fiorini (1986), Kamoto (2000) e outros, além de cruciais para a compreensão do papel da criatividade para a saúde mental, são fundamentais para a identificação de algumas lacunas existentes na literatura especializada no campo da criatividade, como base da inovação. Segundo Styhre (2008), há poucas referências aos aspectos psicossociais e motivacionais da inovação, além do fato de que a serendipidade e o acaso serem abordados como aspectos marginais, embora eles devam receber a mesma importância que a pesquisa sobre a *morfologia* da inovação (grifos do autor), com suas estruturas formais, seus pontos de decisão e seus modelos formais (Styhre, 2008, p. 136). Este autor realça a importância do fator lúdico e aborda o brincar no processo de inovação, contribuindo, assim, para ampliar a compreensão das relações entre criatividade e inovação, tema explorado no estudo das inovações em negócios e criação de startups, dentre outros.

Ainda na análise do viver criativo como indicador da saúde mental, é mister incluir a abordagem de Csikszentmihalyi (1996), quando afirma:

“A segunda razão pela qual a criatividade é tão fascinante é que quando estamos envolvidos com ela, nós sentimos que estamos vivendo mais plenamente que durante o restante da vida. A excitação do artista diante de seu cavalete ou do cientista no laboratório se aproxima da satisfação e plenitude que todos esperamos obter da vida, e raramente conseguimos. Talvez somente o sexo, os esportes, a música, e o êxtase religiosos [...] nos proporcionem a sensação profunda de sermos parte de algo [uma entidade] maior que nós mesmos” (Csikszentmihalyi, 1996, p. 2).

Fiorini (1986, p. 160), em sua análise sobre criatividade e saúde mental, alude à uma fase exploratória, “uma fase em que o sujeito e o objeto da criatividade ainda não se encontraram [e] de modo potencial, um está na busca e outro, na espera”. O autor continua: “As funções ativadas, de maneira inconsciente, dirigem-se a objetos diversos, na indagação de sua potencial transformabilidade (Fiorini, 1986, p. 161)”. Importante assinalar que o psiquismo não emite muitos sinais dessa exploração, mas, com certeza, estão envolvidas funções perceptuais, associativas, mnésicas, acerca de relações possíveis como presente – passado, interno – externo, vivido – imaginado, possível – impossível, dentre outras.

Na fase seguinte, da elaboração criativa, que também contém elementos inconscientes, ocorrem diversos movimentos em que o objeto é desestruturado e reestruturado, num processo de dispersão – seleção (Fiorini, 1986, p. 164), semelhante ao que é denominado por outros autores como pensamento convergente – divergente (Guilford, 1967; Torrance, 1974; Kuhn, 1962). A terceira fase do processo criativo é denominada por Fiorini como fase das culminações, em que, segundo ele “junto com a aparição do objeto modificado, emerge um sujeito modificado pelos processos de transformação que suscitou” (Fiorini, 1986, p. 166). Esse encontro entre objeto e sujeito “contém uma experiência de culminação, de realização” (Fiorini, 1986), descrição semelhante ao *Satori*, termo utilizado por Torrance (1979) e plenitude de realização, nas palavras de Maslow (1971).

Por fim, Fiorini alude à quarta fase, como etapa de desligamento, separação, desprendimento, “porque o papel essencial dessas funções [psíquicas] é continuar transformando e transformando-se” (Fiorini, 1986, p. 167). O autor alerta para os perigos do apego à forma e identificações narcísicas, que podem constituir ameaças à saúde mental.

O movimento transformador é visto como uma lei do sistema criativo e, por isso, “deter-se numa das fases é congelar o sistema; desarticulá-lo”. Nas palavras de Picasso (citado por Fiorini, 1986, p. 169): “a repetição é contrária às leis do espírito”, confirmando a natureza patológica da repetição, que a psicanálise identificou como base das neuroses nas fixações e nas compulsões. Assim, a liberdade do espírito e a criatividade estão na base da constituição do sujeito autônomo.

A partir dos autores abordados até esse momento, é possível afirmar que o distanciamento do sujeito de seu potencial criativo e do movimento transformador configuram patologia neurótica, tal como identificada, amplamente, na contemporaneidade.

Passa-se, a seguir, à abordagem da Gestalt e à inflexibilidade mental e psicológica, bases de análise das neuroses e patologias psíquicas, de acordo com essa corrente de pensamento.

### **Gestalt e pensamento enrijecido: o efeito *Einstellung***

“As pessoas suicidas geralmente têm pensamentos, sentimentos e ações enrijecidos: é “tudo ou nada”, “ou X ou Y”; parecendo não haver meio termo. Com isto, elas acabam voltadas única e exclusivamente para a ideia de suicídio e não são capazes de perceber outras maneiras de sair do problema”<sup>1</sup>. O enrijecimento do pensamento é visto pela Gestalt como sinal da presença de neurose, uma vez que a saúde mental implica flexibilidade mental, permanentemente atualizada.



Diversos autores discutem o impacto do conhecimento prévio e da automatização de procedimentos, que geram rotinas e hábitos, na inflexibilização dos pensamentos, e suas consequências na tomada de decisões. Especialistas estariam particularmente sujeitos a isso, pois tal rigidez acarretaria dificuldades na resolução de novos problemas.

A tensão entre conhecimentos prévios e o pensamento produtivo, e consequente solução criativa de problemas, tem sido estudada por meio de diversos tipos de experimentos, desde 1942, ano em que Luchins identificou o chamado efeito *Einstellung*.

Tais pesquisas fundamentaram-se num experimento de Luchins (1942), que observou que: 1) indivíduos resolvem uma série de problemas de acordo com determinada fórmula; 2) a seguir, [esses indivíduos] são confrontados com uma tarefa ligeiramente desviante que pode ser solucionada de acordo com a velha fórmula, mas pode mais facilmente ser resolvida por meio de nova fórmula [Um grande número de participantes nestes experimentos continuou a usar a velha e complicada fórmula, ao invés da nova, mais conveniente]; 3) um novo problema é apresentado, que não pode ser resolvido com a fórmula padrão, mas é facilmente solucionado por meio de uma fórmula nova e simples. Resultados mostram que um surpreendentemente grande número de pessoas não consegue resolver este problema simples em função da necessidade de acomodações na busca da solução (Barlach, 2009).

No experimento original de Luchins (1942), ao grupo de controle era apresentado apenas o último problema, que o resolvia facilmente. O autor observou que as dificuldades e erros cometidos pelo grupo experimental deviam-se à similaridade do terceiro problema para com os anteriores. Suas conclusões foram fundamentais para a identificação desse viés cognitivo, que é descrito como a experiência anterior induzindo à inflexibilidade de pensamento.

Estudado desde o princípio dos anos 40, este fenômeno tem por consequência o descarte de ideias que podem ser melhores, simplesmente por apego àquelas que são mais familiares, mais conhecidas através de experiências anteriores (Bilalic, McLeoda, & Gobet, 2014). O efeito *Einstellung* impede que os indivíduos estejam totalmente abertos a novas ideias, ignorando evidências que podem levá-los a alternativas mais criativas simplesmente porque suas experiências anteriores não corroboram com o que é indicado pelas mesmas evidências (Bilalic, McLeoda, & Gobet, 2014).

Bilalic & McLeoda (2008) referem-se aos mecanismos perniciosos decorrentes do efeito *Einstellung* como bloqueios de melhores soluções quando ideias ou processos cognitivos trilham caminhos familiares ou do impacto potencialmente nefasto daqueles que sejam dominados à exaustão pela expertise daquele (a) que está solucionando um dado problema.

Uma vez que a contemporaneidade valoriza a especialização profissional, o risco de incorrer no efeito *Einstellung* aumenta, trazendo consigo o afastamento de soluções criativas e impactos na saúde mental.

### **Resiliência e flexibilidade mental**

Neste milênio, constantes alterações, potencialmente geradoras de níveis de stress elevados, exigem uma maior flexibilidade cognitiva, a fim de que seja possível fazer uma adaptação adequada à realidade circundante. O controle das emoções, a empatia, o otimismo, a auto eficácia, além da motivação, encorajamento, empenho no sucesso pessoal e profissional, e a capacidade de percepção do ambiente circundante - habilidades cognitivas e meta-cognitivas, - são demandas contemporâneas.

Definida como "atributo vital da condição ontológica do ser humano, a adaptação é o processo através do qual o indivíduo administra suas relações consigo mesmo e com o ambiente. Na base desse processo adaptativo, há um indivíduo que aprende a diferenciar situações positivas e negativas e a reagir a elas, alterando as condições externas (ambiente)

e internas (seus próprios recursos) e, ao se adaptar, aprende a perceber sua vida como um projeto cuja realização confirma sua autodeterminação. Logo, adaptação não é sinônimo de conformismo ou conformidade social; é elemento transformador do ambiente e autotransformador; processo de administração da própria subjetividade. “O ser humano provê e administra a instrumentalização de sua liberdade”, visando a construção da própria biografia e do ambiente onde esta [biografia] ocorre” (Barlach, 2009).

A resiliência, então, pode ser definida como a construção de soluções criativas diante das adversidades presentes nessas condições. Nessa construção o indivíduo revela sua força ontológica manifestada numa excepcional capacidade de aplicação da causalidade pessoal, potencializando seu crescimento pessoal a partir do enfrentamento da situação traumática ou adversa, fazendo-se sujeito de sua própria história (Barlach, 2009).

Entretanto, faz-se mister compreender o conceito e o fenômeno da resiliência na contemporaneidade, uma vez que na sociedade atual predomina a passividade com relação à cultura e à vida social, dado que aquilo que se convencionou chamar a “sociedade do espetáculo” reforça, no domínio da subjetividade, a condição de “espectador”, gerando entusiasmo pela contemplação de imagens e dificuldades crescentes em distinguir entre realidade e virtualidade, não favorecendo, portanto, o enfrentamento de adversidades. O “declínio das atividades reflexivas”, de ocorrência concomitante, compromete ainda mais possibilidade de desenvolvimento da resiliência. Gallende (2004) analisa ainda vários outros aspectos que têm moldado a subjetividade humana atual, tais como a concepção utilitária das relações pessoais, a superficialidade dos afetos, as modalidades de encontro expressas pelas relações intensas, porém fugazes; a compulsão pelo fazer, gerando ansiedade compulsiva; a sensação de “preenchimento” frente ao vazio existencial, considerando que estas tendências podem ser entendidas como novas formas de adversidades, não vinculadas a carências econômicas, crises sociais, marginalidade e pobreza, etc., fato que corrobora a atualidade dos estudos sobre a resiliência, demandando um indivíduo com maior força subjetiva, traduzida em valores e ações (Gallende, 2004).

### **Mais sobre a contribuição da Gestalt**

Muitas são as abordagens que possibilitam compreender a inflexibilidade cognitiva, mas a Psicologia da Gestalt, ao distinguir entre pensamento reprodutivo e pensamento produtivo (Wertheimer, 1959, citado por Bock, Furtado & Teixeira, 2008), parece trazer a contribuição mais precisa. Define pensamento produtivo como a habilidade de ir além da experiência passada, possibilitando produzir o novo, decorrendo daí que automatismos seriam detrimenais ao pensamento produtivo e, por consequência, à criatividade.

Perceber o novo como, de fato, novo, implica um processo que envolve a figura e o fundo, conforme a Teoria da Gestalt – ou Psicologia da Forma -, ou seja, o “objeto” inovador tende a ser contraposto àquele anteriormente existente ou conhecido ou comparado com imagens mentais previamente catalogadas no cérebro.

A segregação figura – fundo é um conceito que contribui para explicar como se dá a percepção de figuras definidas e salientes inscritas em fundos indefinidos, uma vez que estes “objetos” só são percebidos quando separados de seu fundo. A figura, nesse sentido, diz respeito àquilo que é percebido pelo indivíduo (ou pelos indivíduos, de forma geral), enquanto o fundo alude ao contexto no qual a figura ou objeto está inserido. O exemplo clássico e didático mais conhecido é o vaso de Rubin (Figura 1), desenvolvido pelo psicólogo dinamarquês Edgar Rubin, que apresenta ao observador uma escolha mental entre duas interpretações válidas: a silhueta de um vaso (ou cálice) e o perfil de duas faces humanas. O

fenômeno estudado por ele e por diversos outros autores da teoria da Gestalt (Wertheimer, 1959; Koffka, 1975; Kohler, 1980) era o da ilusão de ótica.



Figura 1: Vaso de Rubin

O vaso de Rubin demonstra que o deslocamento do ponto focal do observador implica a percepção de uma - ou outra - figura, ou seja, a inclusão do ponto de vista e da perspectiva, transcendendo a mera captação da mesma pelos órgãos dos sentidos.

É com base na teoria da Gestalt que se pode afirmar que “a resiliência é a reconfiguração interna, pelo sujeito, de sua própria percepção e de sua atitude diante da vivência da condição da adversidade ou trauma, constituindo esta, a partir de então, fator de crescimento ou desenvolvimento pessoal. A resiliência é uma condição interna (não observável, a não ser em seus efeitos) constatada numa demanda de adaptação do indivíduo frente a uma situação excepcionalmente adversa, ou mesmo traumática, caracterizada por alto potencial destrutivo ou desintegrador das estruturas e recursos pessoais da qual resulta o fortalecimento dessas estruturas, o crescimento pessoal, a confirmação de sua identidade, o desenvolvimento de novos recursos pessoais, constituindo-se numa reação que transcende os limites de um mero processo de adaptação” (Barlach, 2005).

Em outras palavras, a resiliência, considerada como enfrentamento criativo das adversidades, implica o deslocamento do foco do problema em si para um possível “fundo” de recursos adaptativos do sujeito.

### **Entendendo melhor a criatividade humana: Piaget e a gênese dos possíveis**

É a partir da noção de *espaço conceitual* – composto pelos *princípios organizadores que unificam e dão estrutura a um dado domínio do pensamento* – que se pode definir a criatividade. A criação será sempre confrontada com o sistema gerativo subjacente àquele domínio, definidor de uma gama de possibilidades (Barlach, 2005).

Para o melhor entendimento da criatividade, é importante considerar o pensamento de Piaget & Feider (1985) sobre os possíveis e necessários, do ponto de vista cognitivo. De acordo com eles, “para interpretar a gênese dos possíveis, é preciso assinalar o papel das limitações das quais o sujeito deve libertar-se, que se prendem a uma indiferenciação inicial entre o real, o possível e o necessário” (Piaget & Feider, 1985, p. 10).

Nas palavras do autor,

Nos sujeitos pré-operatórios, [...] a dificuldade central poderia ser caracterizada da seguinte maneira: sendo o real o que ele é, é necessário que seja assim, o que exclui outras possibilidades [...] surgem as “pseudonecessidades”, daí as mais simples soluções por prolongamento ou simetria, não sendo imaginadas outras soluções em



função de uma "pseudo-impossibilidade" complementar da pseudonecessidade (Piaget & Feider, 1985, p. 31).

A discussão sobre as pseudo-impossibilidades ou pseudonecessidades assume caráter importante no contexto da avaliação e do reconhecimento da criatividade, uma vez que, segundo o autor [...] o impossível "subjetivo" ou a "pseudo-impossibilidade", significa que o sujeito acredita [que algo] não é possível, mas erroneamente. Além disso, [...] o impossível subjetivo, que positivamente corresponde a uma "pseudonecessidade", é de grande interesse simultaneamente às fontes de necessidade e à teoria dos "possíveis", porque lhes impõe limitações arbitrárias, porém bem mais coercitivas (Piaget & Feider, 1985).

Quanto ao necessário, este é definido como [...] um produto das composições inferenciais do sujeito [que] também não é um observável. "O que nos fornece os observáveis não é senão o grau mais ou menos grande de generalidade, mas o geral não é o necessário e sua assimilação conduz a pseudonecessidades" (Piaget & Feider, 1985, p. 08).

Considerando as ideias de Piaget, vale ressaltar que, na construção do real, a criança deve superar as pseudo-possibilidades e as pseudo-impossibilidades, iniciando a formação de novos possíveis, como forma de atingir maior objetividade em seu pensamento na vida adulta (Turchiello & Aragón, 2018).

Como decorrência, tem-se também que o indivíduo adulto, seja na realização de seus projetos, seja no enfrentamento das adversidades, deve superar as pseudo-impossibilidades, de forma a manter a flexibilidade do pensamento, sem o enrijecimento que as pseudo-necessidades acarretam.

### **Kurt Lewin e a Teoria de campo**

Além das contribuições de Winnicott, Fiorini, Piaget e da Teoria da Gestalt, vale lembrar que a teoria de campo proposta por Kurt Lewin, embora não tratando diretamente do tema criatividade, é fundamental para se compreender as interfaces entre criatividade e saúde mental, especialmente no que concerne às forças propulsoras e restritivas, estejam elas presentes no ambiente ou no interior do indivíduo.

É a partir das bases da teoria de campo proposta por Kurt Lewin que Lubart (2007) desenvolve o entendimento do ato criativo a partir de uma abordagem sistêmica considerando, no plano do indivíduo, os processos cognitivos, os traços de personalidade e a motivação; no campo, as pessoas que controlam ou influenciam uma área, que avaliam e selecionam as novas ideias e na área, o saber cultural que engloba as produções criativas e pode ser transmitido de uma a outra pessoa. Nesta proposta, o indivíduo é influenciado ao mesmo tempo pelo campo e pela área e pode desenvolver mudanças nos outros sistemas.

Estritamente falando, a Teoria de Campo, proposta por Kurt Lewin, é uma abordagem ao comportamento humano, caracterizada por um método de análise das relações causais e construção de constructos científicos capazes de representar e interpretar a complexidade da realidade humana. Tal complexidade exige atravessar as barreiras tradicionais entre as ciências, ao invés de uma atenção estreita a um número limitado de variáveis e a teoria de campo pode ser vista como abordagem interdisciplinar.

Também denominada psicologia topológica, a teoria de campo sustenta que os eventos e fenômenos são determinados por forças que sobre eles agem em um campo imediato, mais do que forças que agem à distância, como por exemplo, aqueles que operaram no passado (Kaiser & Schulze, 2018).

Comportamentos individuais e sociais são analisados a partir da interação dinâmica de percepções e experiências, com a fórmula  $C = f(P, A)$ , sendo P a pessoa – ou grupo social – e A, o ambiente (Lewin, 1946, p. 791). Tanto a pessoa quanto seu ambiente devem ser considerados como uma constelação de fatores interdependentes. A totalidade desses

fatores é denominada por Lewin como espaço vital e, em função disso, a explicação do comportamento inclui: a) uma representação desse espaço e b) determinar a função que liga o comportamento do indivíduo a esse espaço (Lewin, 1946 in Kaiser & Schulze, 2018). O espaço vital, como um campo, compreende tudo aquilo que é percebido, em determinado momento, no ambiente externo (outras pessoas e coisas) e no ambiente interno (necessidades, valores, pensamentos, sentimentos). Lewin sustenta o princípio da contemporaneidade, afirmando que somente os fatos atuais percebidos pelo indivíduo podem influenciá-lo (Lewin, 1943 in: Kaiser & Schulze, 2018).

O espaço vital consiste não somente de fatos físicos, reais ou pessoais, mas também de eventos imaginários, ou seja, também a realidade subjetiva é elemento constituinte do comportamento.

A partir da teoria de campo, é possível estabelecer relações entre o ambiente externo ao indivíduo e seu ambiente interno. Se as forças propulsoras em direção à criatividade superarem, em quantidade e intensidade, os vetores contrários, a saúde mental prevalecerá. Caso contrário, neuroses e patologias serão o resultado das forças operando no campo do indivíduo.

### **Considerações finais: a criatividade como antídoto à compulsão à repetição**

*A definição de insanidade é fazer a mesma coisa repetidamente e esperar resultados diferentes (Brown<sup>2</sup>, 1983).*

Conforme exposto anteriormente, de acordo com Freud (1920 citado por Caropreso & Simanke, 2006, p. 218), o quadro neurótico se origina numa repetição que o indivíduo busca, compulsivamente, de forma a “elaborar” “experiências afetivas que, mesmo quando ocorreram, produziram desprazer. Trata-se de pulsões que estavam destinadas a conduzir à satisfação, mas cuja ação produziu apenas desprazer”.

Tal compulsão ficou associada, na teoria freudiana, ao instinto de morte, em contraposição ao instinto de vida, ou à busca do prazer. Em outras palavras, é possível associar a criatividade à vida e a compulsão, em suas múltiplas facetas, à morte.

Corroborando esse pressuposto, Bartoli (2008), em sua análise da espiritualidade humana como resposta ao mundo supercapitalista, entende o ser humano como ser criado e criador. Há um mundo criado e, por isso, incompleto, e um chamado do Criador em relação a um futuro infinitamente aberto (p. 201). A espiritualidade humana, para o autor, está associada à oportunidade de conexão ontológica – não apenas moral ou intelectual – das potências humanas e divinas, do singular ao universal (p. 206). O ser humano é, portanto, um ser criado para criar (p. 207), assim entendido: “Criar é ir além da morte; é o conteúdo da visão de Deus; é o sentido da vida” (p. 207). A criatividade, para esse autor, “não é uma exigência, nem um direito [do ser humano]: é uma exigência que Deus dirige ao [ser humano]. [Assim] a audácia criadora é o cumprimento da vontade de Deus” (p. 209). A criatividade é aqui entendida como parte da própria condição humana. “A criação não precisa de justificação, ela é que justifica [o ser humano]”. Por isso, “Não se trata de um processo de objetivação: trata-se de uma experiência de transcendência”. “O ato criador não consiste tanto em produzir no finito, mas em ultrapassar o finito e levantar voo em direção [ao] infinito”

---

2 Insanity is doing the same thing over and over again but expecting different results. Brown did include this quote in her book *Sudden Death* (Bantam Books, New York, 1983, p. 68), but it appears she was just paraphrasing a quote that had already been written elsewhere. The earliest known appearance of a similar quote is the “approval version” of the Narcotics Anonymous “Basic Text” released in November 1981, which included the quote “Insanity is repeating the same mistakes and expecting different results.” The sentence is wrongly attributed to Albert Einstein.

(p 209). Em outras palavras, sendo um chamado do Criador, uma vocação<sup>2</sup> no sentido amplo da palavra, apresenta-se aqui uma das inúmeras dificuldades para se definir a criatividade: a infinitude de possibilidades; a imprecisão inerente a qualquer delimitação para o conceito.

A análise de Bartoli sintetiza as proposições teórico-conceituais do presente artigo, apondo a dimensão espiritual à saúde mental representada pela vivência criativa, em contraposição às neuroses e compulsões da contemporaneidade.

Se Winnicott e Fiorini confirmam a criatividade como uma das bases do psiquismo que sustenta a saúde mental, a teoria da Gestalt complementa o raciocínio introduzindo a flexibilidade cognitiva, especialmente da percepção figura-fundo, como processo cognitivo que sustenta e mantém a energia psíquica em transformação constante, impedindo a rigidez mental característica dos processos patológicos.

Por sua vez, a teoria de campo indica as forças propulsoras em direção à criatividade, sejam elas externas ou internas ao indivíduo, podendo ser útil também na análise do campo de forças que desvendará a resiliência nos momentos cruciais de enfrentamento das adversidades.

Por fim, mas não menos importante, para desenvolver a resiliência, o indivíduo certamente terá que superar as pseudo-impossibilidades e pseudo-necessidades, de forma que o enfrentamento seja visto como possível.

Nas palavras de Amabile (1996): "um produto ou resposta será julgado como criativo na medida em que é novo e apropriado, útil, correto ou de valor para a tarefa em questão", ou seja, poderá contribuir – ou não – para o enfrentamento e, conseqüentemente, para a manutenção da saúde mental.

## Referências

- Alencar, E. M. (2007). Creativity in the educational context: three decades of research. *Psicologia: Teoria e Pesquisa*, 23(SPE), 45-49. <https://doi.org/10.1590/S0102-37722007000500008>.
- Amabile, Teresa (1996). *Creativity in context: update to social psychology of creativity*. Colorado, US: Westview Press, 317 p.
- Barlach, Lisete (2016). *Resiliência: discutindo o conceito e compreendendo melhor o fenômeno*. Saarbrücken, Deutschland, Verlag. Novas Edições Acadêmicas. ISBN 9783330744288.
- Barlach, Lisete (2009). *A criatividade humana sob a ótica do empreendedorismo inovador* (Doctoral thesis, Universidade de São Paulo). Recuperado de [www.teses.usp.br](http://www.teses.usp.br).
- Bartoli, Jean (2008) *Espiritualidade na dissociedade supercapitalista: impasses e alternativas*. Tese (Doutorado) Pontifícia Universidade Católica de São Paulo, São Paulo. Recuperado de <https://tede2.pucsp.br/handle/handle/2067>.
- Bilalic, Merim; Mcleoda, Peter; & Gobet, Fernand (2008) Why good thoughts block better ones: The mechanism of the pernicious Einstellung (set) effect. *Cognition*, 108(3), 652–661.
- Bilalic, Merim; McLeoda, Peter (2014). Why Good Thoughts Block Better Ones. *Scientific American* 310, 74 - 79. Published online: 18 February 2014. DOI:10.1038/scientificamerican0314-74.
- Bock, Ana Mercês Bahia; Furtado, Odair; & Teixeira, Maria de Lourdes Trassi (2008). *Psicologias: uma introdução ao estudo da psicologia* 14ª edição – São Paulo: Saraiva.
- Caropreso, F., & Simanke, R. T. (2006). Compulsão à repetição: um retorno às origens da metapsicologia freudiana. *Agora: Estudos em Teoria Psicanalítica*, 60(2), 207-224. <https://doi.org/10.1590/S1516-14982006000200004>.

- Csikszentmihalyi, Mihaly (1996) *Creativity: flow and the psychology of discovery and invention*. Harper-Collins.
- Da Silva Oliveira, Karina, De Cássia Nakano, Tatiana, & Wechsler, Solange M. (2016). Criatividade e Saúde mental: Uma Revisão da Produção Científica na Última Década. *Temas em Psicologia*, 24(4), 1493-1506. Disponível em <http://www.redalyc.org/articulo.oa?id=513754281002>
- Fiorini, Hector J. (1986) *Estruturas e Abordagens em Psicoterapias Psicanalíticas*. RJ: Francisco Alves.
- Freud, Sigmund. (1920 / 1974). *Além do princípio de prazer*. In: Obras Completas. Vol. XVIII. Madrid: Editorial Biblioteca Nueva.
- Gallende, Emiliano (2004). Subjetividad y resiliencia: del azar y la complejidad. Em: A. Melillo; E. N. S. Ojeda; D. Rodríguez (orgs.). *Subjetividad y resiliencia: los ciclos de la vida*. Buenos Aires: Paidós.
- Garcês, Soraia; Pocinho, Margarida; Jesus, Saul N. D. (2013). Predição da criatividade e saúde mental. *Psicologia, Saúde & Doenças*, 14(2), 272-279. Recuperado em 12 de fevereiro de 2021, de [http://www.scielo.mec.pt/scielo.php?script=sci\\_arttext&pid=S1645-00862013000200003&lng=pt&tlng=es](http://www.scielo.mec.pt/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1645-00862013000200003&lng=pt&tlng=es).
- Guilford, J.P. (1967). *The nature of human intelligence*. New York, NY, US: McGraw-Hill.
- Gillam, T. (2013). Creativity and mental health care. *Mental health practice*, 16(9).
- Koffka, K. (1975) *Princípios de psicologia da Gestalt*. São Paulo: Cultrix.
- Kaiser, S.; Schulze, G. C. (2018). Person–Environment Analysis: A Framework for Participatory Holistic Research. *Gestalt Theory*, 40(1), 59-74. DOI: <https://doi.org/10.2478/gth-2018-0005>.
- Kamoto, Cleusa Kazue (2000). Três vértices da criatividade segundo Winnicott: o potencial, a experiência e a atmosfera criativa. *Boletim de Psicologia*, 50(112), 75-84.
- Kohler, W. (1980) *Psicologia da Gestalt*. Itatiaia. Belo Horizonte.
- Kuhn, Thomas S. (1962) *A estrutura das revoluções científicas*. São Paulo: Perspectiva.
- Lubart, Todd (2007) *Psicologia da criatividade*. Artmed.
- Luchins, Abraham S. (1942). Mechanization in problem-solving: the effect of *Einstellung*. *Psychological Monographs*, 54(6), 248. Disponível em <https://doi.org/10.1037/h0093502>
- Maslow, Abraham Harold (1971). *The farther reaches of human nature*. New York: Viking Press.
- Piaget, Jean & Feider, Helga (1985). *Possibility and Necessity* Vol 1 e 2. The role of possibility in cognitive development, University of Minnesota Press (Texto original de 1981 – Vol. 1 e 1983 – Vol. 2).
- Styhre, Alexander (2008). The element of play in innovation work: the case of new drug development. *Creativity and Innovation Management*, 17(2), 136-146. <https://doi.org/10.1111/j.1467-8691.2007.00462.x>
- Torrance, E. Paul (1974) *Pode-se ensinar criatividade?* São Paulo: Ed. Pedagógica e Universitária, 50 p.
- Torrance, E. Paul (1979). *The search for satori & creativity*. Buffalo, NY: Creative Education Foundation.
- Turchielo, L. B., & Aragón, R. (2018). A formação do professor reflexivo em um curso à distância. Florianópolis: *Perspectiva*, 36, (2), 701-723. Disponível em <http://hdl.handle.net/10183/186266>
- Wertheimer, M. (1959) *Productive thinking*. Oxford, England: Harper.
- Winnicott, Donald W. (1975). *O brincar e a realidade*. Ed. Imago.

<sup>1</sup>Nossos Doutores Blog (2019, 28 Setembro). *Suicídio e Depressão: Atenção aos Sinais Pode Salvar Vidas* Recuperado de <https://blog.nossosdoutores.com.br/suicidio-depressao-sinais-e-comportamentos/>.

<sup>2</sup>A palavra vocação deriva do termo latino VOCARE, chamado, com o sentido de predestinação.