ARTIGO

Gestalt-terapia e produção de audiovisuais

Gestalt therapy and the production of videos

Josias Ricardo Hack

Revista IGT na Rede, v. 17, nº 33, 2020. p. 227 – 246. DOI **10.5281/zenodo.15148993**
Disponível em http://www.igt.psc.br/ojs
ISSN: 1807-2526

RESUMO

O artigo apresenta um estudo teórico e histórico da prática psicoterapêutica pensada por Fritz Perls e colaboradores com vistas a identificar possíveis adaptações ao contexto de gravação de audiovisuais. A primeira seção destaca os fundamentos da Gestalt-Terapia, a partir da integralidade corpo/mente. Na segunda seção, refletimos sobre possíveis transposições daquilo que acontece no setting terapêutico para o setting de gravação de um audiovisual. Apesar de nossas reflexões se voltarem pontualmente ao contexto de gravação de audiovisuais educativos, tendo o professor/protagonista como a pessoa sobre a qual versamos, nossas considerações podem ser ampliadas a outros atores amadores que, por ventura, se intimidem diante do "olhar" da câmera. Ao final, concluímos que é possível discutir a consciência gestáltica do organismo do professor frente à câmera na gravação de um audiovisual educativo. Inclusive, citamos uma proposição de técnica de conscientização gestáltica que está em fase de aprimoramento e visa dar maior espontaneidade à relação entre diretor de cena e protagonista amador frente à câmera no setting de gravação audiovisual.

Palavras-chave: Gestalt-Terapia; Audiovisual; Protagonista Amador; Consciência Corpo/Mente.

ABSTRACT

This article presents a study of the psychotherapeutic practice founded by Fritz Perls and collaborators, with the aim of identifying its possible application in the sphere of the production of videos. The first section explains the foundations of Gestalt-Therapy (mainly looking at mind-body studies). In the second section, we reflect on possible transposing of "the therapeutic setting" into the "recording setting" of an audiovisual production. Although our studies sharply focus into the realm of recording educational material, our findings can also be extended, to enhance the results of a range of other recording fields, like those which make use of amateur actors who have no recording experience, or where people are involved, who may become intimidated by the camera. In conclusion, we affirm the use of viewing the teacher's organism in front of the camera from a Gestalt point of view, for yielding better recording results. In addition, we propose an easy-to-incorporate technique to create Gestalt awareness, which will allow for greater spontaneity in the relationship between scene director and the person in front of the camera in a recording setting.

Keywords: Gestalt Therapy; Videos; Amateur Cast Member; Mind/Body Awareness.

Introdução

As conexões introdutórias ao presente artigo passam pelo entendimento de que ele reflete parte de nossa[1] investigação no estágio sênior realizado junto ao CPUP – Centro de Psicologia da Universidade do Porto –, em Portugal, sob a supervisão da professora doutora São Luís Castro. Ao iniciarmos o estudo que originou esse texto, objetivávamos propor referenciais teóricos e fundamentos técnicos para a identificação e análise semiótica de signos corporais potencializadores de determinada Gestalt nos espectadores de materiais audiovisuais e que, consequentemente, poderiam levar a certa atividade mental/corporal propícia à aprendizagem. Buscávamos encontrar autores que refletissem sobre as seguintes questões:

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

Nossa motivação partia da hipótese de que existem signos corporais manifestados pelos protagonistas de um audiovisual que podem potencializar certas atividades mentais propícias à aprendizagem. Entendíamos que em todos os processos de aprendizagem há afeto e, consequentemente, a afetação levará o organismo a atos psicológicos/biológicos de adaptação ao ambiente. Então, se a aprendizagem acontece via múltiplas tecnologias, como na Educação a Distância, o afeto pode ser diferenciado daquele que ocorre em contatos face-a-face. Inclusive, alguns padrões de resposta podem se sobressair, por exemplo, 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 todos os alunos de determinada forma e provocar o mesmo resultado em todos os espectadores sempre será uma fantasia e consequentemente se frustrará. Afinal, não sabemos com clareza como uma atividade didática afetará o outro ou qual ação resultará do afeto, pois nem no ensino face-a-face é possível identificar isso com clareza.

Quando nossa investigação foi projetada, almejávamos encontrar uma estratégia metodológica que auxiliasse os pesquisadores e produtores de audiovisual educativo na interpretação das Gestalten em processos de aprendizagem com materiais produzidos para videodifusão. Pretendíamos auxiliar na identificação de como são orientados e expressos os signos corporais em audiovisuais em contexto educativo para, então, estudar a correlação entre certo signo corporal explícito em um audiovisual e alguma Gestalt ou atividade mental/corporal propícia à aprendizagem. Com isso, intentávamos que, ao final, pudéssemos elucidar se certos

[1] Utilizarei a conjugação verbal na primeira pessoa do plural, pois as reflexões contidas nesse artigo são o resultado de interlocuções (plural) com diversos autores e investigadores de múltiplos campos do conhecimento. Ou seja, a obra que o leitor tem em mãos é uma peça holística no sentido gestáltico: o todo (que se origina da pluralidade de interlocuções) é maior do que a soma de suas partes singulares.

signos corporais produzidos pelo professor ou pelo elenco de um audiovisual educativo, poderiam potencializar certa a aprendizagem.

A Psicologia da Gestalt (*Gestalt Psychology*) se apresentava como uma real possibilidade à concretização do intuito que se havia 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, formava um todo global com tendências auto-organizadas. Por exemplo, 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 as informações 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 será 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 em nosso 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 – nossa 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, os perceberemos como uma totalidade;
- Proximidade – implica em que objetos próximos tendem a ser organizados como um todo em nossa mente. Por esse princípio, facilmente interpretaremos 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, nossa mente poderá ignorar certos elementos rebuscados de um todo para lhe conferir simplicidade;
- Fechamento – a percepção visual de certos objetos agrupados chega à nossa mente como um todo. Isso quer dizer que tendemos a ignorar ou completar vazios, contornos, etc. em uma imagem.

Entretanto, a identificação pessoal com os preceitos defendidos por Fritz Perls, nos levou a priorizá-los em relação àqueles enunciados pela Psicologia da Gestalt. Apesar da controvérsia existente sobre a figura de Perls e algumas de suas

técnicas, entendemos que seu pensamento pode trazer elementos à discussão do discurso sem palavras produzidos 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 da Gestalt-Terapia.

Assim, após o realinhamento de nosso estudo ao pensamento gestáltico esboçado por Fritz Perls, redirecionamos nosso rumo de investigação à pessoa integral do professor no aqui e agora do ato de gravação do audiovisual educativo, instância na qual emergem diferentes figuras/fundo. Tal realinhamento originou o presente artigo que, adiante, se desenrola em duas seções. Na primeira, destacaremos alguns aspectos teóricos e históricos da prática psicoterapêutica pensada por Fritz Perls e colaboradores. Na segunda seção, enunciaremos a possibilidade de interlocução entre a Gestalt-Terapia e o olhar integral para a pessoa do professor diante da câmera na gravação de um audiovisual educativo.

1 - Gestalt-Terapia e audiovisual

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

1. *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;
2. *Gestalt-Terapia* – obra fundante escrita por Perls, Hefferline e Goodman, publicada pela primeira vez em 1951;
3. *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;
4. *Escarafunchando Fritz: dentro e fora da lata de lixo* – obra autobiográfica escrita por Perls e publicada pela primeira vez em 1969;
5. *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;
6. *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.

Friederich 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 Friedlander[2], do neurologista Kurt Goldstein[3], do psicanalista Wilhelm Reich[4], do intelectual e estadista Jan Cristiaan Smuts[5] e de alguns pensadores da Psicologia da Gestalt, como Max Wertheimer[6]. 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

[2] 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).

[3] 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).

[4] 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).

[5] 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).

[6] 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).

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 habilidade criativa para a visualização de ambos os lados de uma ocorrência. Para Perls (1942/2002, p. 45-46), tal atitude evita uma perspectiva unilateral, pois permite *"uma compreensão mais profunda da estrutura e da função do organismo"*.

Segundo Perls (1942/2002), é possível evitar muitos equívocos oriundos de uma perspectiva isolacionista se nos mantivermos atentos à totalidade do contexto em que certo fenômeno que pretendemos observar se insere. Para ele, a crença de que corpo e alma são itens isolados é fortalecida ao tratar-se isoladamente os diferentes aspectos da personalidade humana. Como consequência, cria-se a equivocada compreensão de que ambos (corpo e alma) são unidos de forma misteriosa ao invés de denotarem dois aspectos da mesma coisa: o organismo.

Na obra *Ego, Fome e Agressão*, Perls já aborda a questão da regulação organísmica e para esclarecer o assunto exemplifica que 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 (PERLS, 1942/2002).

Na compreensão de Perls (1942/2002), da mesma forma que as funções metabólicas alteradas (mais ou menos) representam a tendência básica de autorregulação organísmica, nossa civilização criou nas pessoas certas necessidades (imaginárias e 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 o incapacita de chegar ao ambiente de trabalho sem o auxílio da tecnologia. Da mesma forma, poderíamos citar 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 telefones móveis. Para Perls, as necessidades secundárias não são vitais à regulação organísmica, mas passaram a consumir nosso interesse 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 impossíveis de dominar, 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 a importância do presente como a única instância temporal de ação. Ele destaca que de maneira alguma nega a origem de todas as coisas no passado e sua tendência ao desenvolvimento no futuro, porém, 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 sublime a ação. Perls entendia que a aplicação de suas ideias sobre o presente, melhorariam 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 melhoraria 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"*[7] equilibrado seria aquele que leva em consideração tanto o passado, quanto o futuro, mas não os entende como realidades, pois a realidade está no ponto-zero do presente. (PERLS, 1942/2002, p.152)

Ainda na década de 1940, Perls (1942/2002) enfatizava a importância de compreendermos que o organismo (corpo/mente) e o ambiente também formam uma unidade inseparável. Por exemplo, as pessoas desenvolvem inúmeras ações para levar o organismo (corpo/mente) ao campo acústico desejado em um concerto sinfônico (ambiente). 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. Podemos ter inúmeras pessoas na plateia, mas cada uma conceberá a mesma música de forma singular. Para Perls, as pessoas 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). Mesmo que nenhuma das pessoas que assiste o concerto tenha déficit auditivo, as ondas acústicas serão absorvidas por cada organismo de forma diferenciada, conforme o estilo musical, a identificação emocional, o treinamento e o poder de concentração de cada

[7] 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 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).

espectador. Uma pessoa que não consegue manter a atenção na orquestra por estar cansada, tensa, 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, onde realizaram os primeiros seminários, *"workshops"* e trabalhos em grupo. 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 Gestalt-Kibutz (PERLS, 1969/1977, p.106).

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"*.

Outro elemento importante ao contexto de nosso artigo é a relação figura/fundo. Tal conceito caracteriza a Psicologia da Gestalt e também foi incorporado aos pressupostos da Gestalt-Terapia na obra mencionada no parágrafo anterior. 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 de nossa sociedade, pois frequentemente tais costumes se impõem e interferem na autorregulação organísmica.

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: *"Qualquer que seja a necessidade primordial do organismo, esta faz a realidade aparecer como tal. É isso que faz os objetos aparecerem como figuras que correspondem às diversas necessidades"* (PERLS, 1975/1977d, p.76-77).

Dessa forma, na Gestalt-terapia, passa-se a lidar com uma situação paradoxal muito importante no que tange àquilo que ocorre em nosso organismo: o que é a consciência aqui e agora e com 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 por exemplo, 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 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 como Gestalt, no aqui e agora, aparecerá em outro campo.

Reflexões assim começaram a nos motivar ao pensamento de que, quem sabe, a figura da falta de espontaneidade de um amador diante do olho da câmera precisaria ser vista sob o fundo que a pessoa construiu para ancorar o que aquela situação específica representaria. Daí, começamos a enunciar questionamentos relacionados ao contexto de gravação de audiovisuais educativos, como: Qual necessidade ou preferência o organismo do professor quer satisfazer ao levá-lo a perder a espontaneidade diante da câmera? E, hipoteticamente, previmos que poderia ser a necessidade fantasiosa da máscara de professor, que pretende discursar de forma exata, mas se sente deslocada em um setting onde o olhar do aluno é substituído pelo olhar da câmera – que inclusive pode perpetuar seu discurso, esteja ele exato ou inexato.

Outro aspecto que nos atraiu à Gestalt-Terapia como ancoradouro teórico de nossas reflexões foi a importância dada à perspectiva que propõe uma concepção de consciência holística, na qual mente/corpo e mundo externo formam uma integralidade. Perls et al. (1951/1997), denominam tal integralidade como sistema *"self"* (função id, função ego[8] e função personalidade). Em nossa interpretação, a busca de integralidade e autorregulação entre as funções do *"self"* seria uma superação das dualidades dicotomizadas (anjo ou demônio; racional ou emocional; infantil ou maduro; etc.). Em outras palavras, seria o encontro harmonioso e autêntico, no ponto-zero, entre os opostos. 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 oportunidade de crescer, seja por assimilação ou por rejeição daquilo que se apresenta no aqui e agora. Com isso, recupera-se a espontaneidade da autorregulação organísmica. Na compreensão da Gestalt-Terapia é preciso aprender a encarar as dualidades de forma integral ou holística.

[8] Em sua obra de 1942, *Ego, Fome e Agressão*, Perls explica o motivo de chamar o Ego de *função* organísmica. Por ser elucidativa, a transcrevemos 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).

Nesse contexto, Perls *et al*. (1951/1997) apontam como essencial a *"awareness"*[9]. 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. Perls *et al*. 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 os autores, 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 serem responsáveis por si mesmas.

Enfim, a releitura dos textos fundantes da Gestalt-Terapia foi a força motriz para percebemos 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 educativo. Na continuidade, daremos a conhecer alguns cenários transpositivos que distinguimos em nossas investigações sobre o assunto.

2 - Propostas de transposições entre Gestalt-Terapia e produção audiovisual

Nessa seção, gostaríamos de refletir sobre a temática à qual nos dedicamos intensamente durante o estágio sênior que realizamos no Centro de Psicologia da Universidade do Porto, em 2017. Apesar de nossas reflexões se voltarem pontualmente ao contexto de gravação de audiovisuais educativos, tendo o professor/protagonista como a pessoa sobre a qual versamos, nossas considerações podem ser amplificadas a outros atores amadores que nunca estiveram em um *"setting"* de gravação ou que, por ventura, se intimidem diante do "olhar" da câmera.

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 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 identificamos uma primeira transposição possível ao olhar, além das palavras, para o corpo do professor no momento da gravação do audiovisual. Será que o professor está afogado num mar de palavras produzido por sua persona[10] docente e tal circunstância o impede de agir espontaneamente, de forma criativa e sem

[9] A Teoria da *"Awareness"* foi considerada por Perls (1969/1977, p.107) uma de suas contribuições originais e 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 algumas traduções ao português, a palavra inglesa *"awareness"* foi mantida, em outras, se utiliza a palavra consciência.
[10] A palavra *"persona"*, em latim, nomeava a máscara que os atores utilizavam na representação de um personagem em peça teatral.

automatizações ansiosas diante da câmera? Nesse sentido, ainda em paráfrase de transposição com Perls, talvez precisemos compreender como a persona "professor" funciona e o que ocorre na fronteira de contato entre o organismo do professor e o ambiente da gravação. Ou seja, que pensamentos, ações, comportamentos e emoções, a pessoa do professor 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 o ambiente ou com o 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 nossas 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 professor frente à câmera seja transformada em emoções específicas e, na sequência, as emoções sejam transformadas em ações sensoriais e motoras. Por isso, as emoções do professor no setting de gravação mobilizam os meios e as formas corporais (não espontâneas) que propiciam a satisfação da necessidade ou preferência daquele contexto figura/fundo fantasiado pelo professor.

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 Gestalt-Terapia. A escolha existencial eficiente só poderá ocorrer na integração entre espontaneidade e propósito, pois ambas compõem o ser humano. Ao pensarmos sobre isso, hipotetizamos que ao dar-se conta do que ocorre integralmente com seu organismo, o professor também se dará conta do campo total e, consequentemente, isso trará significado à configuração que se apresenta no setting de gravação e, assim, poderá servir na ação espontânea e com propósito do docente diante da câmera no audiovisual educativo.

Na Gestalt-Terapia, a técnica de concentração fornece um instrumento que permite a dedicação a cada sintoma para que o paciente aprenda sobre si próprio e seu ajustamento neurótico. Ou seja, a pessoa aprende o que está vivenciando e como vivencia, bem como aprende sobre a inter-relação entre seus sentimentos e comportamentos (PERLS, 1973/2012). Talvez possamos pensar a técnica da concentração de forma transpositiva, como uma estratégia para levar o professor a olhar para si e conscientizar-se integralmente 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. Hipotetizamos que se o professor se der conta de suas auto-interrupções na gravação do audiovisual educativo e souber que é isto o que está fazendo, consequentemente, perceberá o que o está interrompendo. É claro que a reflexão do docente, 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 audiovisual. 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 aluno.

Em outra técnica utilizada na Gestalt-Terapia, que poderia ser transposta ao nosso objetivo, 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 o seu comportamento e o que ele representa naquele contexto (PERLS, 1973/2012). Dadas as proposições de nossa investigação, nos perguntamos: será que o diretor de cena do audiovisual educativo poderia desempenhar com o professor o papel que o terapeuta desempenha com seu consulente? Assim, ele auxiliaria o professor a entender a circunstância que se forma em sua fantasia mental, fazendo-a coincidir com a Gestalt possível no mundo externo. Com isso, evitaríamos que o planejamento (ensaio mental) exageradamente fantasioso do professor se transformasse em um impeditivo de sua espontaneidade diante da câmera. Em nossa experiência nos settings de gravação de audiovisuais educativos, costumeiramente encontramos professores que interrompem sua espontaneidade com medo de dar informações equivocadas. Afinal, argumentam os docentes, a perpetuação de falas imprecisas no mundo digital seria inconveniente. Por isso, é muito comum ouvirmos as seguintes frases: posso interromper a gravação se eu errar? Ou, podemos reiniciar a gravação se eu me esquecer de algum detalhe importante?

Perls (1969/1977) defende que a ansiedade é o empecilho ao crescimento da pessoa. Por isso, para o autor, a pessoa que busca o crescimento precisa jogar fora os papeis sociais que aprendeu. No entanto, Perls ressalta que não podemos nos esquecer 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, hipotetizamos que isso possa estar ocorrendo com o professor 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 lidarmos com a situação seria: levar o professor a se posicionar no aqui e agora para que a excitação flua espontaneamente. Se o professor estiver no presente, encontrará criatividade, inventividade e não haverá ansiedade. Como resultado, achará a solução.

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". Contudo, as pessoas diminuíram a possibilidade de satisfação em suas vidas ao negligenciarem a discriminação orgânica. Por exemplo, uma sociedade que preconiza a realização das atividades instantaneamente não dá aos seus cidadãos o tempo necessário a finalização ou fechamento das situações (Gestalten). 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).

No entanto, como muitas vezes boicotamos 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, Perls 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 o autor, 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, levantamos o seguinte questionamento: será que o que bloqueia o professor frente à câmera em um audiovisual educativo 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, preferimos manipular as pessoas para obtermos apoio em vez de encontrarmos sustentação. Por isso, a pessoa tem que descobrir que pode realizar seu potencial ao transformar e usar a energia manipuladora. E o objetivo da Gestalt-Terapia é o crescimento: *"perder cada vez mais sua 'mente' e aproximar-se mais dos seus sentidos"* (PERLS, 1969/1977, p. 77). A pessoa precisa cada vez mais 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, mas ela só será criativa se a pessoa a tiver no aqui e agora. Em transposição, entendemos que o objetivo daquele que irá ajudar o professor 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 no aqui e agora.

Na Gestalt-Terapia, os impasses e conflitos são uma busca do organismo por identificação ou alienação, onde algumas coisas que ocorrem ao nosso redor e internamente serão aceitas (identificação) e outras não serão aceitas (alienação). Para Perls (1975/1977b), a natureza nos forneceu a sensação profunda do bom e do ruim como se fosse uma bússola emocional que aponta a direção. Em linhas gerais, ao nos sentirmos bem, nossa bússola emocional apontará para a identificação (aproximação), enquanto ao nos sentirmos mal, nossa bússola emocional apontará 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 (Perls, 1969/1977). 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. Quem sabe tenhamos aqui, em transposição, um reforço ao entendimento do que leva o professor 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 professoral. Para Perls, (1975/1977a), a pessoa precisa ter 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. Pode ser que a tarefa de atuação cênica diante de um olho que não é o olho de seu aluno, esteja além do próprio potencial do professor e se ele fosse agir espontaneamente, talvez, escolheria não protagonizar o audiovisual.

No livro *Isto é Gestalt,* também considerado uma coletânea fundante da Gestalt-Terapia, há capítulos escritos por Fritz Perls, já referenciados acima, bem como encontramos a contribuição de outros autores que serão citados na sequência. 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 gestáltica 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, como se fosse um "peso nas costas". Na proposta da Gestalt-Terapia, o estar no presente nos livra dos pesos e, assim, nos permite chegar a algo diferente, mas sem o estabelecimento de regras, pois as regras tornar-se-iam armadilhas que nos levariam novamente à fantasia. Em transposição, supomos que a experiência de estar no aqui e agora poderá ajudar o professor a desenvolver a consciência gestáltica ou integral de seu organismo antes e durante a gravação do audiovisual.

B. Stevens (1975/1977) ainda destaca que a Gestalt-Terapia não está baseada em regras e, nesse sentido, a compara com o Tao e o Zen[11]. 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, temos um aspecto que nos chamou a atenção e, de certa forma, encontrou eco em nossa compreensão pessoal. Contudo, sabemos que o ambiente de gravação de um audiovisual é repleto de regras. Na verdade, vivemos em uma

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

sociedade pautada em regras. Então, como equacionar esse aspecto? Eis uma boa pergunta retórica.

Stella Resnick (1975/1977) escreve, em seu capítulo na obra *Isto é Gestalt*, que gosta de pensar na Gestalt-Terapia como um conjunto de técnicas de viver no presente. A autora explica que o intuito da prática psicoterapêutica é encorajar as pessoas a encontrarem os sentimentos acumulados ou que não foram expressos, ou seja, que as pessoas aprendam "como" expressar seus sentimentos. E, 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). Enfim, o objetivo do terapeuta é possibilitar um espaço no qual a pessoa possa olhar para a integralidade das situações. Ao fazermos a transposição da técnica da presentificação ao contexto do setting de gravação, temos a hipótese de que o professor pode ter fantasiado tanto aquele momento, que acabou perdendo a clareza do presente. Dessa forma, ele não consegue agir espontaneamente, pois vive a fantasia projetada por sua mente ao invés de viver o aqui e agora. Nossa hipótese é que o papel do terapeuta poderia ser desempenhado por um observador da imagem corporal ou da comunicação integral (corpo e discurso) do professor, por exemplo, um diretor de cena. Essa pessoa observaria os movimentos corporais, enquanto o professor faria seu discurso, e auxiliaria o docente a encontrar e entender as motivações de seus movimentos corporais.

Josylin (1975/1977) é outro colaborador da obra *Isto é Gestalt* e, em seu texto, 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 Gestalt-Terapia. O intuito seria constituir uma consciência gestáltica da relação organismo/meio em substituição ao contato com as noções equivocadas e fantasiosas de como ela deveria ser ou agir. Em suma, se criaria um espaço para a autorregulação organísmica, já que em muitos momentos, as pessoas concebem como figura algo inatingível e que não permite a conclusão natural da *"Gestalt"*. Novamente, encontramos um ancoradouro à hipótese de que o professor vai à gravação do audiovisual com a compreensão fantasiosa de que precisa cumprir a expectativa de ser um "bom professor". Em decorrência, emerge uma figura sem espontaneidade caracterizada pela contradição entre o discurso linguístico e os signos corporais.

O último capítulo do livro *Isto é Gestalt* foi escrito por John O. 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 apoiaria sua existência em uma presentificação constante, enquanto que, na segunda alternativa, a existência da pessoa se pautaria por um pensar sobre o viver. Ou seja, são apoios diferentes que proporcionam experiências diferentes. Em transposição, levar o professor a pensar sobre sua existência no momento da gravação, poderá propiciar a possibilidade de compreensão holística e integral de seu momento no aqui e agora e, quem sabe, à ação espontânea e autêntica diante da câmera.

Considerações Finais

Ao relermos a bibliografia fundante da Gestalt-Terapia, percebemos a possibilidade de transposição e interlocução com o campo do audiovisual. Ou seja, é viável discutir a consciência que o professor tem de seu organismo frente à câmera. Para tanto, um dos resultados de nossa investigação no CPUP, em 2017, foi a proposição de uma técnica a ser utilizada pelo diretor de cena com o protagonista amador no *"setting"* de gravação. Resolvemos chamar a técnica de Conscientização Gestáltica e a dividimos em três níveis:

- Nível 1: Consciência de si mesmo – espelhar o protagonista amador;
- Nível 2: Consciência do meio – aceitar o *"setting"*;
- Nível 3: Consciência da vida de fantasia – entender a ficção da máscara de professor.

Na Gestalt-Terapia, 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 conscientização gestáltica. Segundo Perls (1973/2012), 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. Da mesma forma, entendemos que as questões poderão ser o principal elemento utilizado em nossa proposta. Sugerimos 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 *"Gestalt"* possível no mundo externo. Assim, pelo menos idealmente, evita-se que a vida de fantasia provocada pelo ensaio mental do protagonista amador se transforme em um impeditivo de sua espontaneidade no *"setting"* de gravação. Além disso, talvez seja uma boa oportunidade para a conscientização gestáltica daquilo que acontece com a integralidade do organismo do protagonista amador. Afinal, pode ser que o organismo dele interprete a câmera como uma figura ameaçadora da qual deva fugir ou com a qual deva lutar. Sabe-se que, possivelmente, esse desafio não implique às gerações que literalmente 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 Consciência Gestáltica ao entender o processo e, assim, evitar que a equipe de gravação da qual participa intimide o protagonista amador com o aparato tecnológico ou com o discurso técnico da área.

Embora a técnica de Consciência Gestáltica não seja o alvo do presente artigo, gostaríamos de esclarecer quais foram as categorias escolhidas para pensar essa proposta gestáltica de auxílio ao professor no processo de interação espontânea com a câmera no setting de gravação:

- Primeira categoria gestáltica – *figura/fundo*. Pergunta orientadora: que necessidade dominante do organismo do professor se sobressai como figura durante a gravação e o leva a perder a espontaneidade? Hipótese: a apreensão de dar uma informação equivocada durante a gravação do

audiovisual faz o intelecto e a intuição do professor se dissociarem e, por isso, o discurso aparentemente empoderado sucumbe ao corpo que gostaria de fugir daquele ambiente com o olho da câmera.

- Segunda categoria gestáltica – *autorregulação organísmica*. Pergunta orientadora: que regulação organísmica há na relação entre o professor e o seu meio enquanto ocorre a gravação do audiovisual educativo? Hipótese: o professor não consegue fazer a gestão do *"self"* e ter atitudes espontâneas e autênticas diante da câmera, devido às escolhas que os agentes externos (a escola, os alunos, o diretor do audiovisual, etc.) o fizeram escolher neuroticamente.
- Terceira categoria gestáltica – o *holismo*. Pergunta orientadora: o professor consegue se ver como uma pessoa integral e percebe suas habilidades e interesses holísticos durante o processo de gravação ou se sente fragmentado e representando um papel? Hipótese: o docente está tentando regular neuroticamente o setting de gravação e, consequentemente, perde a espontaneidade. Inclusive, pode ser que ele decida não ser o protagonista do audiovisual ao pensar sobre suas habilidades e interesses integrais.
- Quarta categoria gestáltica – *aqui e agora*. Pergunta orientadora: em que instância espaço-temporal (presente, passado e futuro) a mente do professor busca elementos para trazer regulação ao seu organismo? Hipótese: para trazer o organismo do professor para o aqui e agora é preciso romper com as fantasias mentais e buscar uma consciência gestáltica do conflito de polaridades que o impede de lidar espontaneamente com a introdução de um elemento estranho (olho da câmera) ao ambiente escolar.

No início de 2019 foi inaugurado um projeto de pesquisa na Universidade Federal de Santa Catarina, com o intuito de testar e aprimorar, pela ampliação dos referenciais teóricos, a técnica de Conscientização Gestáltica para a produção de audiovisuais, bem como, para identificar características reincidentes em tais experiências no setting de gravação. Quiçá, em breve, teremos outros artigos com resultados a partilhar.

REFERÊNCIAS BIBLIOGRÁFICAS

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

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.

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

NOTAS

Josias Ricardo Hack - Doutor em Comunicação Social (UMESP, 2004), com estágio sênior em Psicologia (CPUP – Portugal, 2017) e pós-doutorado em Arts and Humanities (NTU – Inglaterra, 2012) e Comunicação e Arte (DeCA – Portugal, 2011). Psicoterapeuta com formação profissional especializada em Gestalt-Terapia, Hipnoterapia e Psicanálise. Professor associado e pesquisador do Departamento de Artes da Universidade Federal de Santa Catarina. Membro colaborador do CPUP –

Centro de Psicologia da Universidade do Porto. Membro Sênior da ONP – Ordem Nacional dos Psicanalistas. Membro da SPHM – Sociedade Portuguesa de Hipnose e Motivação. Linhas de investigação e áreas de interesse: Gestalt; Psique; Arte; Neuropsicanálise; processos hipnóticos; comunicação corporal; cognição, motivação e emoção; audiovisual; diálogo, afetividade e aprendizagem; literacia digital; cultura e significação.

Endereço para correspondência:
E-mail: j.r.hack@outlook.comj.r.hack@outlook.com
URL: www.hack.ufsc.br

Recebido em: 11/08/2020
Aprovado em: 04/05/2021