

**“Conecte-se: sentindo, pensando, agindo”:** habilidades socioemocionais  
por um olhar da Gestalt-terapia

**Dra. Eugênia Paula Benício Cordeiro**

Instituto Federal de Educação, Ciência e Tecnologia de Pernambuco (IFPE)-Campus Recife; Grupo de Estudos e Pesquisas em Habilidades socioemocionais e de Valores (HSEV) na Educação / CNPq

E-mail: epaulabenicio@gmail.com

**Adriana Dantas de Oliveira Menezes**

Secretaria da Educação de PE  
adridantas24@gmail.com

**Ma. Mariana Marques Arantes**

Programa de Pós-graduação em Educação/UFPE; Grupo de Estudos e Pesquisas em Habilidades socioemocionais e de Valores (HSEV) na Educação / CNPq; Agência Financiadora: FACEPE - Fundação de Amparo à Ciência e Tecnologia de Pernambuco

email:marantes11@gmail.com

**Michele Fonseca Câmara**

Secretaria da Educação de PE  
michelecamara.1979@gmail.com

## RESUMO

Busca-se neste artigo apresentar achados parciais de uma pesquisa longitudinal (2015-2018) realizada em uma escola de ensino médio da região metropolitana do Recife voltada para o desenvolvimento de habilidades socioemocionais (HSE). Objetiva-se analisar a percepção dos professores sobre o projeto “Conecte-se” à luz de categorias da Gestalt-terapia. Mais especificamente, propõe-se a: realizar uma revisão bibliográfica das principais categorias da Gestalt-terapia e analisar os achados apontados pelos professores com base em tais categorias. Os resultados apontam que o desenvolvimento das HSE contribuem para o equilíbrio homeostático das relações por estimular: *awareness*, contato, fronteira de contato, ajuste criativo, auto suporte.

Palavras-chave: habilidades socioemocionais, Gestalt-terapia, formação humana.

## Introdução

O desenvolvimento das ciências no final do século XIX e início do século XX trouxe bastante desenvolvimento material para a sociedade, contudo, a visão positivista, objetiva e dicotômica de mundo que nesta época o homem era convidado a entrar, começou a ser questionada, visto que, já não respondia a todas as questões que surgiam para este homem moderno.

Buscando contemplar uma visão mais integral da formação humana levando em consideração os pilares da educação voltados para o “aprender a ser” e o “aprender a conviver” (DELORS, 2003),



os quais estão relacionados a conhecimentos que dizem respeito às camadas mais internas do ser humano, muitas vezes invisibilizadas na educação escolar tradicional, em 2015 iniciamos a formação de um grupo de quatro professoras de uma escola de referência do ensino médio localizada na região metropolitana do Recife, Pernambuco, a fim de implementarmos o projeto “Conecte-se: sentindo, pensando e agindo” com os alunos em 2016.

Tendo por objetivo geral *estimular o desenvolvimento de aspectos das habilidades socioemocionais e de valores (HSEV) buscando a coerência entre o sentir o pensar e o agir*, ao longo de 2016, promovemos maior autoconhecimento e autogerenciamento das emoções básicas – raiva, medo, tristeza, alegria – com o objetivo de exercitar tomada de decisões mais responsáveis nas oito turmas, alcançando uma média de 300 alunos dos três anos do ensino médio.

A Gestalt-Terapia (GT) é uma abordagem psicológica criada por Fritz Perls a qual chama atenção por sua visão holística do homem integrado e toma como pressuposto básico a concepção de que o todo é sempre maior do que a soma de suas partes (BUROW; SCHERPP, 1985).

Dentre as categorias fundantes da GT, elencamos as seguintes a fim de servirem de lentes para o nossas análises: *awareness*, contato, fronteira de contato, ajustamento criativo, auto-suporte.

Neste artigo, procuraremos analisar a percepção dos professores sobre o projeto “Conecte-se” à luz de categorias da Gestalt Terapia. Mais especificamente, nos propomos a: realizar uma revisão bibliográfica das principais categorias da Gestalt Terapia e analisar os achados apontados pelos professores com base em tais categorias.

## **Metodologia**

A pesquisa participante surge com o propósito de conferir cientificidade às “redes, teias e tramas formadas por diferentes categorias de iguais/diferentes” envolvidos em um “amplo exercício de construir saberes a partir da ideia tão simples e tão esquecida de que qualquer ser humano é, em si mesmo e por si mesmo, uma fonte original e insubstituível de saber” (BRANDÃO; STREK, 2006, p.12)

Neste sentido, a metodologia participativa torna-se uma pedagogia considerando-se que cientista e científico ensinam e aprendem mutua e solidariamente tendo o diálogo que “dar a voz” e “deixa que falem” nas suas dimensões crítica, reflexiva e emancipatória, como protagonista da construção do conhecimento. (BRANDÃO; STREK, 2006).



Aliado a este caráter participativo-investigativo, o processo interventivo no qual se baseia esta pesquisa se deu como fruto de uma ação planejada, negociada e portanto co-formativa (BARBIER, 2007), configurando aquilo que Thiollent (2011) define como pesquisa-ação. A fusão destes dois procedimentos metodológicos levou ao que Fals-Borda e Rahman (1991) nomearam de Investigação Ação Participativa (IAP)<sup>1</sup>. Fundir-se com a ação para esses autores pressupõe comprometimento, ética e persistência com aqueles que embarcam em um processo vivencial em busca de conhecimentos em prol de progressivo desenvolvimento visando transformações político-culturais no meio social.

O projeto de extensão acadêmica em tela é de cunho qualitativo, exploratório e longitudinal (2015-2018), realizado em uma escola de ensino médio situada na região metropolitana do Recife, com 300 alunos, 8 turmas, com a participação de 5 professoras de diferentes áreas conhecimento.

De forma interativa e afetivamente implicada (BARBIER, 2007), os professores ao ministrarem os encontros do “Conecte-se” com os alunos promovem discussões, rodas de conversa, conversas aprofundadas, relatos de experiências intra e inter-relacionais, tudo isso registrado nos seus diários de campo como também na gravações dos encontros quinzenais realizados com as pesquisadoras na escola. Os encontros foram gravados com anuência de todos por meio de assinatura de termo de consentimento.

## **Resultados e Discussões**

A Gestalt-terapia é uma abordagem psicológica que foi criada por Fritz Perls na década de 50, a qual chama atenção por sua visão holística do homem. Prima pela prática vivencial, não se limitando apenas a palavras pois estas podem muitas vezes esconder a expressão corporal, reduzindo o conteúdo a uma visão fragmentada e sedimentada da realidade. Desta forma, busca aproximar o sujeito das suas dimensões sensoriais e emocionais como parte integrante da realidade.

No projeto “Conecte-se: sentindo, pensando, agindo”, a vivência está presente a partir do momento em que é proporcionado aos alunos atividades de desenhos, *role-plays*, quietamento com base em processos meditativos, reflexões que não têm por objetivo explicar um sentimento, mas fazer com que se conectem a ele e possam perceber sua influência na maneira em que sentem, pensam e agem. Enfim, buscar um entendimento sobre a dinâmica das emoções no nosso ser e um sentido para

---

<sup>1</sup> Nosso objetivo neste artigo é nos pautar pela convergência entre os diversos autores no que tange à pesquisa-ação de cunho participativo e não as peculiaridades inerentes à concepção de cada um deles.

nosso processo de humanização. O simples explicar ou descrever um sentimento, faz com que a pessoa se distancie do objeto e não se implique com o que está sendo dito, torna mais racional aquilo que deveria ser sentido.

Uma das teorias filosóficas que dá sustentação à Gestalt-terapia é o existencialismo a qual reflete sobre o homem e sua existência no mundo. Através dos estudos de Sartre, Kierkegaard, Heidegger e Buber, entende-se que “a existência precede a essência”, frase que Sartre introduziu o pensamento existencialista como um movimento para fora, exhibir-se, mostrar-se é o viver que será uma tarefa árdua. Neste sentido, o homem é visto como um ser livre, e esta liberdade significa que a todo momento estamos escolhendo, e são as nossas escolhas que nos definirão e nos constituirão como pessoa (CARDOSO, 2013). Portanto, a educação tem um papel fundamental na responsabilização pelas escolhas ao longo do processo formativo.

Contudo, sempre há um preço, e este é a angústia, a incerteza na vida, muitas vezes configurada como o vazio, ela irá permear a existência, e será propulsora do nosso estar no mundo, pois a liberdade de escolher angustia, nos põe em situações de ganhos, mas também de perdas, também significa responsabilizar-se pelo seu existir. Na Gestalt-terapia, o existencialismo irá ser uma filosofia importante na concepção de homem, pois o propósito é ampliação da consciência de si e do mundo, para que possa responsabilizar-se por suas escolhas e viver de maneira plena. (CARDOSO, 2013)

Buber em seus estudos enfatizou a importância do encontro, diálogo e relação. Para ele, viver é encontro, um evento dialógico que ocorre no “entre”. A GT, neste sentido, irá ser uma abordagem que reconhece em sua prática a relação, e esta é dialógica. Isto irá configurar-se na reciprocidade das partes que se relacionam, ou seja, na abertura para o encontro e na presença confirmadora do outro. (CARDOSO, 2013)

A relação será a base da fundamentação teórica e metodológica que sustenta a abordagem, e esta deve seguir os princípios básicos do diálogo, como a inclusão, ou seja, uma postura de colocar-se no lugar do outro sem perder a sua perspectiva, demonstrando abertura como pessoa, respeito, humildade, compaixão, gentileza pelo outro (CARDOSO, 2013).

Os professores, em seus processos formativos, não são preparados para lidar com conflitos de ordem relacional e a desenvolverem uma percepção mais acurada daquilo que os afeta e de como afetam os educandos, não dispendo de aportes teóricos para avaliar as vivências do dia-a-dia escolar.

É na relação que o projeto “Conecte-se: sentindo, pensando, agindo” tem o seu foco, visto que, a escola é uma instituição onde vários grupos estão presentes: corpo docente, discente, gestão.

Todos desempenham funções diferentes, mas precisam uns dos outros para que o trabalho seja feito com qualidade. Assim, não se pode pensar em escola sem as pessoas, e em como elas se relacionam consigo e com os outros. Os trabalhos voltados para as emoções básicas, o autoconhecimento, a autogestão, as responsabilidades sociais, a tomada de decisão responsável, são caminhos para que as relações possam ser mais saudáveis dentro deste ambiente.

Alguns conceitos básicos da Gestalt-terapia podem ser observados dentro do projeto “Conecte-se”, são eles: *awareness*, o contato, fronteira de contato, ajustamento criativo, auto-suporte.

O termo *awareness* pode ser traduzido como consciência, e para a Gestalt-terapia constitui-se em um conceito importantíssimo para compreender e trabalhar em uma situação imbricada em relações. Contudo, essa consciência não se configura em um lugar topográfico, extático, e sim em um fluxo, uma consciência intencional para um objeto. (ALVIM, 2014)

É através da experiência no aqui-agora que a *awareness* irá se configurar, pois é a partir do sentir no campo da experiência que ela orientará a formação das *Gestalten* (formas, figuras, aspectos) produzindo um saber tácito. Um olhar dicotômico e mecanicista não é suficiente para compreender a *awareness*, visto que, o seu princípio é na perspectiva de campo, na interação organismo/mundo. Assim, o saber explícito não é produzido pela *awareness*, por proporcionar uma interrupção no fluxo da experiência. (ALVIM, 2014)

O trabalho no projeto com a *awareness* tem o objetivo de possibilitar uma maior fluidez da consciência, por meio do corpo, e assim devolve à pessoa uma visão mais ampla das possibilidades de vivências, no sentido também de fomentar a autonomia e responsabilidade de transformação. Diante de tais perspectivas não cabe um pensamento restrito a interpretação-explicação, pois neste sentido não haveria uma valorização da experiência, do acolhimento ao novo, uma abertura para a criatividade de ser (ALVIM, 2014).

**Contato**, outro conceito importante da GT, é estar aberto para o novo, e a partir daí poder ajustar-se de forma criativa ao ambiente. E neste sentido, criatividade significa dinamismo, experienciar sentimentos (amor, tristeza, raiva, ódio, medo, etc.) e fugir de ajustamentos conservadores que cristalizam vivências e não fomentam a criatividade. (D’ACRI, 2014)

O **contato** dar-se na **fronteira**, no entre, lugar onde acontece as experiências, como os eventos psicológicos, distanciamento do perigo, transposição das barreiras, reconfiguração do existir, satisfação das necessidades. A fuga, oposto do contato, também é um meio de lidar com a fronteira, não possui conotação boa ou má sendo assim uma maneira do indivíduo lidar com o ambiente. (D’ACRI, 2014)

**Fronteira de contato** é lugar onde as experiências acontecem, é fluída e se constitui em um dos conceitos mais importantes da Gestalt-terapia. A utilização da palavra fronteira é proveniente dos estudos da teoria de campo de Kurt Lewin, e se configura como elemento regulador entre o meio/organismo. (SALOMÃO; FRAZÃO; FUKUMITSU, 2014)

Fronteira não pode ser percebida como um lugar determinado, algo fixo e imutável, e sim como lugar onde mudanças ocorrem, e o *self* irá atuar para produzir ajustamentos criativos a partir das experiências. A fronteira funciona como uma membrana entre o organismo e o meio, selecionando, assimilando o que é possível para um favorecimento do crescimento do indivíduo. Assim, a plasticidade de movimentação precisa estar ajustada, ou seja, a capacidade de expansão em situações de conforto e segurança para a ampliação, e a retração em situações de ameaças para a preservar o indivíduo. É a permeabilidade que indica como as trocas entre indivíduo e meio são percebidas. (SALOMÃO; FRAZÃO; FUKUMITSU, 2014)

Uma vez prejudicada, a função de plasticidade e a qualidade da fluidez podem ser perdidas, havendo cristalização. E isto significa ajustamentos disfuncionais das experiências, perde-se a criatividade e a possibilidade de um crescimento ajustado. Na confluência, há um excesso de permeabilidade, ou seja, não há uma diferenciação clara entre organismo e meio, o eu e o outro misturam-se, e assim conduz, ao que Laura Perls coloca, a indiferenciação. É necessário um equilíbrio para estar alerta no desajuste na fronteira (SALOMÃO; FRAZÃO; FUKUMITSU, 2014).

A GT em seu corpo teórico prioriza o entre, a liberdade, criatividade, responsabilidade e a transcendência que acredita serem inerentes à condição humana. A relação terapêutica se guiará pela ética, mas em seu sentido mais primitivo, o do cuidado, lugar de morada, acolhimento da singularidade do outro. A humildade do facilitador dentro do projeto irá ser o lugar ético, acreditando no poder criativo do outro e confiança das possibilidades de crescimento deste outro. (CARDELLA, 2014)

Assim, o facilitador/educador configura-se em anfitrião desta relação dialógica, a partir de uma postura ética, garantir para o outro um contínuo confronto com a alteridade, de abertura e disponibilidade de sair do familiar para desbravar o desconhecido que assusta, e deste modo transformar o seu viver de um modo mais criativo. Neste sentido, os encontros “Conecte-se” tornam-se passagem, pois é através deles, muitas vezes com obstáculos para serem superados, que podemos atravessar e perceber os recursos que dispomos para nutrir a relação professor-aluno (CARDELLA, 2014).



O trabalho das HSE – autoconhecimento, autogestão, consciência social, habilidades relacionais, tomada de decisão responsável - serve como prevenção a conflitos, à violência em sala de aula na medida em que trabalha os afetos e as relações tanto via professor-aluno, com aluno-professor e aluno-aluno. Essa tríade imbricada de relações necessita de um olhar compreensivo disposto a travar os ajustes criativos de tal maneira que sirva para o desenvolvimento integral do ser. Ao falarmos de **ajustamento criativo** queremos dizer que é compreendido que todo ser humano tem a criatividade dentro de si para viver de forma saudável, basta proporcionar um ambiente favorável para que esta seja despertada e vivenciada.

Nos encontros é proporcionado um ambiente de sigilo, confiança, escuta ativa, respeito, a dor do outro, suas limitações, seus silêncios e os vínculos. Como fazemos isto? Preparamos os encontros em conjunto e buscamos proporcionar momentos de escuta coletiva a partir de uma determinada temática. Por exemplo, quando trabalhamos a raiva, provocamos uma série de questionamentos, tais como: *“O que me provoca raiva? O que eu penso quando estou com raiva? O que eu tenho vontade de fazer quando estou com raiva? O que eu não tenho vontade de fazer quando estou com raiva? Como eu me comporto quando estou agindo com raiva? [...]”*

Observamos que o que vem à tona, muitas vezes, não é a relação dos alunos entre si, mas com a família. Estas relações são permeadas de muitos sentimentos conflituosos, entre amor e ódio, medo e dependência, querer ser autônomo e o não poder fazer o que quer, gerando muitas muitas frustrações. Enfim, não se sentir compreendido, sintomas naturais de uma adolescência. Imaginemos a pressão interna de um jovem que não encontra nem na escola nem na família um porto seguro onde possa falar, deixar-se fluir, e ser escutado como alguém em construção? O despreparo de pais e professores para lidar com tais manifestações de conflito, leva, na maioria das vezes, a adoção de condicionamentos disciplinares a fim de manter um nível de convivência, porém, distante do que faz sentido para o seu momento de auto-descoberta e formação humana.

O **ajustamento criativo** é uma integração entre o organismo/meio, revelando que podemos segurar as rédeas da vida, imprimindo uma marca, potencializando os recursos para um crescimento pleno. Para a GT, um homem criativo é aquele aberto ao novo, integrado, que utiliza os seus recursos para uma autorregulação e equilíbrio. Este homem assume suas responsabilidades e sabe diferenciar o eu do outro. (CARDELLA, 2014)

A criatividade torna-se algo fundamental, pois sem ela o fluxo pode ser interrompido, com cristalizações e estereotípias. E criatividade sem ajustamento pode levar ao anarquismo sem um controle e sem função positiva para o indivíduo. Contudo, estamos em uma visão em que não há

pressupostos ou determinismo, desta forma sintomas, adoecimentos, mecanismos de defesa cristalizados, também são formas de ajustamento criativo, pois se configuraram nos recursos que a pessoa possuía no momento diante de uma situação negativa. O Conecte-se busca proporcionar uma potencialização desses recursos para um ajuste mais funcional diante de situações difíceis. (CARDELLA, 2014)

A forma como as HSE são trabalhadas no projeto, estimula-se a criatividade na medida em que os alunos relatam suas experiências a fim de possam abrir seu campo perceptivo e atentar para alternativas diante das dificuldades de ordem relacional. Orientamos para que observem as sensações e impulsos, respirando antes de agir, de tal maneira que possam minimamente acionar a criatividade e escolher caminhos criativos visando soluções saudáveis para os desafios relacionais.

A postura do facilitador/professor deve fomentar a confiança, fator de fundamental importância, pois sem a constituição de vínculo, o trabalho estará fadado ao fracasso, e a implicação dos grupos nos trabalhos do “Conecte-se” ficará comprometida. Nesse movimento de confiança, é necessário que o educador se mostre também como ser humano, podendo estar sujeito a falhas. Ou seja, a honestidade deve ser um item importante para contribuir na confiança entre o facilitador e os grupos (BENJAMIM, 2010).

Outra categoria tratada pela GT é o **auto-suporte** (BUROW; SCHERPP, 1985), buscar recursos internos para metabolizar e recriar situações de conflito e desgaste. O cultivo de HSE empodera o educando na medida em que orienta-o a autogerir seus sentimentos e pensamentos de forma criativa e responsável na escolha do agir. Levar aos estudantes a possibilidade do acalmamento e da respiração ao ser tomado por uma forte emoção, estimulando-o a observar o fenômeno em ebulição em seu interior e refletir a respeito de alternativas de ação, configura-se em um potente auto-suporte para que suas reações impulsivas não comandem o curso dos seus relacionamentos, mas deem lugar a escolhas responsáveis.

Enfim, dentro do projeto “Conecte-se” pode-se vislumbrar muitos conceitos da GT e como esta visão de homem e mundo pode proporcionar um olhar mais ampliado das relações existentes dentro da instituição escola, percebendo que atores não são meros alunos, professores, mas antes de tudo, seres humanos, que precisam de cuidados e serem vistos de forma integral.



## Considerações finais

Um dos maiores desafios do processo de escolarização e educação de uma forma geral é considerar o ser humano como um todo. Portanto, o projeto “Conecte-se” abre possibilidades para a compreensão do mundo interior dos educandos ensinando que o equilíbrio entre o desenvolvimento de funções cognitivas e habilidades socioemocionais podem ser uma saída para prevenir a violência e os conflitos sociais que brotam do conjunto dos indivíduos em relação.

Para construirmos um ambiente escolar mais acolhedor, o educador precisa passar a compreender o aluno problemático em sala como fruto da forma com que ele conseguiu realizar sua homeostase, ou seja, mecanismo de auto-regulação do sujeito a partir das trocas realizadas em contato com o ambiente e que possibilitam ajustes necessários para manutenção do equilíbrio físico, psíquico e social. Para tanto, faz-se necessário entender o comportamento do aluno abrindo-se para perceber as condições adversas nas quais se encontra. Desta forma, a educação precisa ir além das funções cognitivas e dedicar espaço para levar conhecimento a camadas mais internas do ser humano.

Por exemplo, um determinado aluno da escola em questão que não assistia aula nem realizava as atividades, notava-se nele uma fala agressiva, e acabou sendo reprovado. No início do ano letivo seguinte, ele falou para os professores: “vocês vão ter que me aguentar”. Com as dinâmicas do Projeto, passamos a conhecer sua vida, o *bullying* que sofreu, e a responsabilidade que passou a assumir como chefe da casa, imputado por sua mãe após o pai sair de casa. Ao escutar a frase do aluno, uma das professoras do Projeto imediatamente o abraçou e falou: “que bom que você está aqui!”. Esse entendimento abre um canal relacional autêntico, um vínculo regado a empatia, confiança e respeito por compreender o outro, e não pela obrigação da relação professor-aluno, mas como seres humanos sujeitos às mesmas adversidades. O estudante passa então a perceber o professor como gente com quem pode compartilhar sentimentos e vivências e não como um “ofertador de conteúdos” que serão “cobrados” ao final do ciclo avaliativo. Sendo assim, o ambiente escolar se mostra como local no qual também podemos aprender a ser e conviver como humanos que somos em prol de uma sociedade menos violenta e mais amorosa.

## REFERÊNCIAS

ALVIM, Mônica Botelho. Awareness: experiência e saber da experiência. In FRAZÃO, Lilian Meyer. FUKUMITSU, Karina Okajima (orgs). **Gestalt-terapia: conceitos fundamentais**. São Paulo: Summus, 2014.

BARBIER, R. - **A pesquisa-ação** - Tradução de Lucie Didio - Brasília: Liber Livro editora, 2007.

BENJAMIM, Alfred. **A entrevista da ajuda**. Tradução: Urias Corrêa Arantes. 13ª edição. São Paulo: Martins Fontes, 2010.

BRANDÃO, Carlos Rodrigues; STRECK, Danilo. **Pesquisa participante: a partilha do saber**. São Paulo: ideias e Letras, 2006.

BUROW, Olaf-axel; SCHERPP, Karlheinz. **Gestaltpedagogia: um caminho para a escolar e a educação**. São Paulo: Summus, 1985.

CARDELLA, Beatriz Helena Paranhos. Ajustamento criativo e hierarquia de valores ou necessidades. In FRAZÃO, Lilian Meyer. FUKUMITSU, Karina Okajima (orgs). **Gestalt-terapia: conceitos fundamentais**. São Paulo: Summus, 2014.

CARDOSO, Claudia Lins. A face existencial da Gestalt-terapia. In FRAZÃO, Lilian Meyer. FUKUMITSU, Karina Okajima (orgs). **Gestalt-terapia: fundamentos epistemológicos e influências filosóficas**. São Paulo: Summus, 2013.

D'ACRI, Gladys. Contato: funções, fases e ciclo de contato. In FRAZÃO, Lilian Meyer. FUKUMITSU, Karina Okajima (orgs). **Gestalt-terapia: conceitos fundamentais**. São Paulo: Summus, 2014.

DELORS, Jacques. **Educação: um tesouro a descobrir**. 8. Ed. São Paulo: Cortez; Brasília, DF: MEC: UNESCO, 2003.

FALS-BORDA, Orlando; RAHMAN, Muhammad Anisur. **Action and Knowledge: breaking the monopoly with participatory action-research**. Nova Iorque: Apex Press, 1991.

REHFELD, Ari. Fenomenologia e Gestalt-terapia. In FRAZÃO, Lilian Meyer. FUKUMITSU, Karina Okajima (orgs). **Gestalt-terapia: fundamentos epistemológicos e influências filosóficas**. São Paulo: Summus, 2013.

SALOMÃO, Sandra. FRAZÃO, Lilian Meyer. FUKUMITSU, Karina Okajima. Fronteiras de contato. In FRAZÃO, Lilian Meyer. FUKUMITSU, Karina Okajima (orgs). **Gestalt-terapia: conceitos fundamentais**. São Paulo: Summus, 2014.

THIOLLENT, Michel. **Metodologia da pesquisa-ação**. 18 ed. São Paulo: Cortez, 2011.