

SOUSA-FILHO, Paulo Gomes. Corporeidade, criatividade e inteligência emocional. In: VOLPI, José Henrique; VOLPI, Sandra Mara (Org.). **Anais.** 13° CONGRESSO BRASILEIRO DE PSICOTERAPIAS CORPORAIS. Curitiba/PR. Centro Reichiano, 2008. CD-ROM. [978-85-87691-13-2]. Acesso em:

CORPOREIDADE, CRIATIVIDADE E INTELIGÊNCIA EMOCIONAL

Paulo Gomes de Sousa Filho

RESUMO

Como consequência de uma abordagem de homem fragmentada, pautada pelo consumo, pela aparência e por práticas massificantes e alienantes, percebemos no homem o predomínio de um corpo-objeto, destituído de espontaneidade. O corpo não manipulado, quando considerado um ser-no-mundo, é dotado de plasticidade, de expressividade. Como sujeito no mundo, o corpo é criativo. O desenvolvimento da criatividade significa conceptualizar uma dimensão experiencial do desenvolvimento humano que tributa na expressão criadora. Aprender a ser criativo é uma experiência subjetiva, de natureza pessoal e profunda comunicação com os estratos mais profundos da mente. A busca por maior espontaneidade corporal se traduz por um clima psicológico facilitador e acolhedor para o reconhecimento dos bloqueios da criatividade, com o propósito de gerar mudanças em sua auto -percepção e desenvolvimento pessoal. Nossa perspectiva de trabalho foi assumida nos parâmetros de uma inteligência emocional. Para Goleman, existem na inteligência emocional cinco habilidades essenciais: 1) conhecer as próprias emoções; 2) manejar as emoções; 3) a auto -motivação; 4) empatia; e 5) manejar as relações. Essas habilidades se fundem intimamente com o ser-no-mundo, base para uma expressão criadora.

Palavras-chaves: Corpo. Corporeidade. Criatividade. Inteligência Emocional.

Introdução

Falar do corpo está na moda. Em nenhuma outra época de nossa existência se falou tanto sobre o corpo como agora. Novas terapias do corpo, novas ideologias do corpo, velhas e novas instituições investem sobre o corpo como a igreja, a mídia, o esporte, a medicina. Atrelado a esse discurso a palavra corporeidade se massificou. Acontece com ela o mesmo que com algumas outras palavras da moda tais como criatividade e motivação. Muito se fala e pouco se entende o seu significado.

O corpo e o que com ele se relaciona, tem sido colocado em segundo plano na história humana . Para Platão, todo corpo movido de fora é inanimado e tudo o que se move de dentro, por si mesmo é animado, de maneira que é esta a natureza da alma.



SOUSA-FILHO, Paulo Gomes. Corporeidade, criatividade e inteligência emocional. In: VOLPI, José Henrique; VOLPI, Sandra Mara (Org.). **Anais.** 13° CONGRESSO BRASILEIRO DE PSICOTERAPIAS CORPORAIS. Curitiba/PR. Centro Reichiano, 2008. CD-ROM. [978-85-87691-13-2]. Acesso em:

É do corpo que emanam as paixões que tiram a harmonia e provocam a doença. Na *República* Platão afirma "A ginástica domina a impetuosidade inata no homem, transformando-a em valentia que se torna virtude da alma" (Santin, 1987, p. 24). Domamos o corpo e a ginástica é seu instrumento. Essa concepção esta na raiz de uma das pedagogias (teoria de como acontece o processo educativo) vigentes em nossas escolas até hoje. O corpo e seus atributos têm que ser domesticados. As autoridades eclesiásticas da Idade Média penitenciavam os corpos rebeldes para domesticá-los e os corpos disciplinados para que não cedessem às tentações.

No século xvii Locke fazia do corpo um instrumento do espírito e para isto, deveria ser saudável, forte para que pudesse executar ordens. Mas é a modernidade que traz uma novidade. O corpo não é sagrado e deve ser estudado, manipulado, invadido. É tempo da ciência, das técnicas da fisiologia, da medicina, mas não da superação do dualismo agora cartesiano, definindo o homem pela razão. O corpóreo, a morada do homem não tem vez nesses novos tempos.

Com a era industrial, os corpos se tornam indispensáveis. Mas não os corpos do desejo e da emoção, e sim um corpo dominado pela técnica, reprimido em sua sexualidade, disciplinado para a guerra e para o trabalho. Disciplinar os impulsos é sinônimo de educar. Foucault (1977) revela a charada: " "...a disciplina, aumenta as forças do corpo (em termos econômicos de utilidade) e diminui essas mesmas forças (em termos políticos de obediência).".

Merleau-Ponty (1997, p.19) nos avisa que "é necessário reencontrar o corpo operante e atual, aquele que não é um pedaço de espaço, um feixe de funções, que é um entrançado de visão e movimento". Devemos redimensionar nossa visão de corpo. Assim, a consciência de corpo é compreendida como a representação do corpo, o seu conhecimento. E é o movimento que possibilitará esse conhecimento dado que ele não é uma cópia da realidade.

Consciência corporal, esquema corporal, consciência de corpo ou outro termo qualquer não define nossa unidade mente-corpo. Nesse sentido, a noção de corporeidade toma forma e se justifica.

Corporeidade



SOUSA-FILHO, Paulo Gomes. Corporeidade, criatividade e inteligência emocional. In: VOLPI, José Henrique; VOLPI, Sandra Mara (Org.). **Anais.** 13° CONGRESSO BRASILEIRO DE PSICOTERAPIAS CORPORAIS. Curitiba/PR. Centro Reichiano, 2008. CD-ROM. [978-85-87691-13-2]. Acesso em:

__________.

João e Brito (2004) ao analisar a corporeidade apontam que:

Assim, a corporeidade constitui-se das dimensões: física (estrutura orgânica-biofísica-motora organizadora de todas as dimensões humanas), emocional-afetiva (instinto-pulsão-afeto), mental-espiritual (cognição, razão, pensamento, idéia, consciência) e a sócio-históricocultural (valores, hábitos, costumes, sentidos, significados, simbolismos). Todas essas dimensões estão indissociadas na totalidade do ser humano, constituindo sua corporeidade. É neste sentido que buscamos a compreensão da complexidade humana, tanto em nível individual quanto em nível social.

Estes autores também afirmam que a corporalidade ou corporeidade refere-se ao campo existencial das vivências, historicamente vividas pelo Ser corporalizado.

Opondo-se a perspectiva mecanicista, Merleau-Ponty nos lembra que o corpo não é coisa, nem idéia, o corpo é movimento, sensibilidade e expressão criadora. O corpo objetivo não é a verdade do corpo fenomenal (Merleau-Ponty, 1994). A experiência vivida é que se torna o vetor da construção dessa noção de corpo.

Em nossas escolas e academias, os exercícios físicos se transformam em movimentos mecânicos inibidores da criatividade.

A Criatividade

Constructo complexo e multideterminado, a criatividade tem sido objeto de estudo de diversos autores, que enfatizam a sua relação com o processo cognitivo (Guilford, 1975; Sternberg, 1988; Torrance, 1987), com a manutenção da saúde mental e da auto- realização (Lowen,1984; May,1982; Rogers, 1978) e com um ambiente propício ao seu desenvolvimento (Amabile, 1996; Csikszentmihalyi, 1994;1996).

As raízes das palavras "criar" e "criatividade" vêm do latim *creare*. Significa "fazer ou produzir" ou, literalmente, "crescer" (Piirto, 1992). No novo dicionário da língua portuguesa (Ferreira, 1986) criatividade é definida como: "dar existência; tirar do nada; gerar, formar, dar princípio a; produzir; inventar, imaginar, originar, causar etc. (p. 498)".

A percepção da criatividade como atividade intrapsíquica, produto de um homem isolado e pouco contaminado pelo contexto cultural em que vive, tem sido questionada a partir das contribuições de vários pesquisadores (Ponomarev, em



SOUSA-FILHO, Paulo Gomes. Corporeidade, criatividade e inteligência emocional. In: VOLPI, José Henrique; VOLPI, Sandra Mara (Org.). **Anais.** 13° CONGRESSO BRASILEIRO DE PSICOTERAPIAS CORPORAIS. Curitiba/PR. Centro Reichiano, 2008. CD-ROM. [978-85-87691-13-2]. Acesso em:

Silva, 1993; Smolucha, 1992; Vygotsky, 1990; Wallon, 1995; Yaroshevskii, 1987). Estes autores têm evidenciado o singular papel da cultura envolvente na alimentação e na expressão das idéias criativas. Com efeito, na perspectiva das abordagens histórico-culturais, a criatividade é, segundo Vygotsky (1987), um produto da interação do sujeito com seu ambiente, impulsionado pelos processos de desenvolvimento e aprendizagem.

É nessa interação do sujeito com seu ambiente que percebemos o corpo como interface privilegiada, como meio fundamental. Merleau-Ponty lembrava que conhecemos o mundo por termos como parâmetro o nosso corpo. Essa dimensão vivencial, experiencial tributa na expressão criadora.

A vivência corporal gera e amplia as possibilidades de conhecimento do ambiente, trazendo novas percepções à medida que o sujeito interage com o mundo físico e também, aumenta as trocas afetivas quando essa interação acontece com o meio social. Nesse sentido o conceito de inteligência emocional de Goleman (1997) nos dá recursos para entender como a corporeidade entendida como vivência, tem função basilar.

A Inteligência Emocional

Inteligência emocional se caracteriza pela habilidade em lidar com as emoções. Em uma sociedade que tradicionalmente tem premiado e considerado competentes aqueles indivíduos que mostram talentos intelectuais, onde o teste de QI ainda é medida de inteligência, o conceito de inteligência emocional trouxe uma outra perspectiva.

Como afirma Goleman (2001, p. 48), existe uma baixa correlação entre os índices de QI e o sucesso. Existe uma diferença grande entre o sucesso acadêmico e o sucesso na vida, assim como parece existir um vão entre o que a escola ensina e o que a vida necessita. Tradicionalmente a escola tem privilegiado a cognição, centrando suas forças em conhecimentos matemáticos, lingüísticos entre outros.

Mas Goleman (2001, p. 49) nos lembra que



SOUSA-FILHO, Paulo Gomes. Corporeidade, criatividade e inteligência emocional. In: VOLPI, José Henrique; VOLPI, Sandra Mara (Org.). **Anais.** 13° CONGRESSO BRASILEIRO DE PSICOTERAPIAS CORPORAIS. Curitiba/PR. Centro Reichiano, 2008. CD-ROM. [978-85-87691-13-2]. Acesso em:

____/_______.

As pessoas com prática emocional bem desenvolvida têm mais probabilidade de se sentirem satisfeitas e de serem eficientes em suas vidas, dominando os hábitos mentais que fomentam sua produtividade; as que não conseguem exercer nenhum controle sobre sua vida emocional travam batalhas internas que sabotam a capacidade de concentração no trabalho e de lucidez de pensamento.

Existem na inteligência emocional cinco habilidades essenciais:

- a) Conhecer as próprias emoções: é a capacidade de reconhecer os sentimentos próprios, se refere a consciência de si mesmo (é reconhecer um sentimento quando ocorrer). Este é o momento chave da inteligência emocional. Uma maior certeza com respeito a nossas emoções é um bom guia para as decisões vitais, desde casar até optar por um ou outro trabalho.
- b) Manejar as emoções: é a capacidade de administrar os sentimentos próprios. As pessoas que sabem livrar-se da ansiedade, irritação ou melancolia excessiva se recuperam com maior rapidez das dificuldades da vida. Seu desenvolvimento supõe um desenvolvimento adequado da capacidade anterior.
- c) A auto-motivação: as pessoas que sabem controlar a impulsividade e sabem esperar para obter as recompensas cumprem com seus objetivos e estão aptas a se saírem melhor
- d) Empatia: é a capacidade para reconhecer as emoções de outras pessoas, saber o que querem, o que necessitam. É uma habilidade fundamental para estabelecer boas relações sociais e vínculos pessoais. Isto permite uma comunicação emocional adequada entre as pessoas e uma melhor convivência.
- e) Manejar as relações: isto significa saber atuar de acordo com as emoções dos demais. Está associada com a capacidade de liderança e com a popularidade.

A vivência corporal dessas ferramentas permitirão a exploração do mundo dos sentimentos, das relações, do desejo, da sexualidade, como também o manejo das emoções próprias, assim como entender a do outro.

REFERÊNCIAS

Amabile, T.M.. *Creativity in context*. Boulder, CO: Westview Press, 1996.

Csikszentmihalyi, M.. The domain of creativity. In D. H. Feldman, M. Csikszentmihalyi & H. Gardner, Changing the world: A framework for the study of creativity (pp. 135-158). Westport, CT: Praeger, 1994.



SOUSA-FILHO, Paulo Gomes. Corporeidade, criatividade e inteligência emocional. In: VOLPI, José Henrique; VOLPI, Sandra Mara (Org.). **Anais.** 13° CONGRESSO BRASILEIRO DE PSICOTERAPIAS CORPORAIS. Curitiba/PR. Centro Reichiano, 2008. CD-ROM. [978-85-87691-13-2]. Acesso em:

Ferreira, A.B.H.. Novo dicionário da língua portuguesa. Rio de Janeiro: Nova Fronteira, 1986.

Foucault, M.. Vigiar e punir. Petrópolis: Vozes, 1977.

João, R. B. e Brito, M.. Pensando a corporeidade na prática pedagógica em educação física à luz do pensamento complexo. *Rev. bras. Educ. Fís. Esp.*, São Paulo, v.18, n.3, p.263-72, jul./set. 2004.

Goleman, D. *Inteligência emocional: a teoria revolucionária que define o que é ser inteligente*. Rio de Janeiro: Objetiva, 2001.

Guilford, J.P.. Varieties of creative giftedness, their measurement and development. The Gifted Quarterly, 19, 285-297, 1975.

Lowen, A.. Prazer: uma abordagem criativa da vida. São Paulo: Summus,

1984. May, R., A coragem de criar. Rio de Janeiro: Nova Fronteira, 1982.

Merleau-Ponty, M. *A Estrutura do comportamento*. Belo Horizonte, MG: Interlivros, 1975.

_____. O Visível e o Invisível. 3a ed. Tradução de Artur Gianotti e Armando Mora. São Paulo: Editora Perspectiva, 1992.

____. Fenomenologia da Percepção. Tradução de Carlos Alberto Ribeiro de Moura. São Paulo: Martins Fontes, 1994.

_____. O Olho e o Espírito. 2ª ed. Tradução de Luís Manuel Bernardo. Lisboa: Vega, 1997.

Piirto, J.. Understanding those who create. Dayton: Ohio Psychology Press,

1992. Rogers, C. . Tornar-se pessoa. São Paulo: Martins Fontes, 1978.

Santin, S.. Educação Física uma abordagem filosófica da corporeidade. Ijuí: Unijuí, 1987.

Silva, C. L.. Criatividade: Duas formas de pensar. Psicologia: Teoria e Pesquisa, 9, 145-155, 1993.

Smolucha, F.. A reconstruction of Vygotsky's theory of creativity. Creativity Research Journal, 5, 49-67, 1992.

Sternberg, J. R. A three facet-model of creativity. In R.J. Sterberg (Ed.), *The nature of creativity* (pp.125-147). New York: Cambridge University Press, 1988.

PSICOLOGIA CORPORE

COMO REFERENCIAR ESSE ARTIGO

SOUSA-FILHO, Paulo Gomes. Corporeidade, criatividade e inteligência emocional. In: VOLPI, José Henrique; VOLPI, Sandra Mara (Org.). **Anais.** 13° CONGRESSO BRASILEIRO DE PSICOTERAPIAS CORPORAIS. Curitiba/PR. Centro Reichiano, 2008. CD-ROM. [978-85-87691-13-2]. Acesso em:

Torrance, E.P.. Teaching for creativity. In S. G. Isaksen (Ed.), Frontiers of creativity research: Beyond the basics (pp. 189-215). Buffalo, NY: Bearly Limited, 1987.

Wallon, H.. As origens do caráter na criança. São Paulo: Nova Alexandria, 1995.

Vygotsky, L.S.. Imagination and creativity in childhood. Soviet Psychology, 28, 84-95. 1990.

Yaroshevskii, M.G.. The psychology of creativity and creativity in psychology. Soviet Psychology, 25, 22-44. 1987.

Paulo Gomes de Sousa Filho/RS - Psicólogo clínico, mestre em criatividade (UCB), doutorando em informática na educação (UFRGS), especialista em psicometria (UnB), psicologia do desenvolvimento (UnB), educação a distância (SENAC-RS) e psicologia do esporte (CFP) tem formação clínica em psicologia cognitiva (UFRGS). E-mail: kramerdf@hotmail.com