



**LSPA**  
INSTITUTO UNIVERSITÁRIO  
CIÊNCIAS PSICOLÓGICAS, SOCIAIS E DA VIDA

A EXPERIÊNCIA DO PROCESSO DE CRIAÇÃO  
ARTÍSTICA

Jessica Teixeira Portugal

**Orientador de Dissertação:**

Prof. Doutor Vítor Amorim Rodrigues

**Coordenador de Seminário de Dissertação:**

Prof. Doutor Vítor Amorim Rodrigues

**Tese submetida como requisito parcial para a obtenção do grau de:**

MESTRE EM PSICOLOGIA

Especialidade em Psicologia Clínica

**2015**

Dissertação de Mestrado realizada sob a orientação de  
Vítor Amorim Rodrigues, apresentada no ISPA –  
Instituto Universitário para obtenção de grau de  
Mestre  
na especialidade de Psicologia Clínica

## AGRADECIMENTOS

Quero começar por agradecer ao Prof. Doutor Vítor Amorim Rodrigues, pelo apoio, disponibilidade e confiança que me transmitiu ao longo desta etapa.

Agradeço também à minha família, por saber que posso sempre contar com eles. Por cada um me ter ensinado algo precioso, e contribuído para a pessoa que, com muito amor e carinho, me tornei.

Um enorme obrigado, aos meus amigos, por tornarem esta aventura que é a vida uma coisa mais doce. Por todos os momentos que partilhamos, as gargalhadas que me proporcionam e sobretudo por podermos crescer e aprender juntos, a cada dia que passa.

Aos meus pais, por acreditarem em mim e me mostrarem que vale sempre a pena lutar por aquilo que queremos. Por saber que, independentemente do que aconteça, tenho sempre uma casa para onde voltar. Pai, por me ensinares a arriscar e a dar uma oportunidade a mim mesma, por estares seguro de mim mesmo quando eu duvido. Mãe, por me ensinares a ouvir mesmo quando não há palavras, e por saberes dizer as palavras certas no momento certo. Por me fazerem sentir segura e crescer cheia de amor e carinho, para a pessoa que sou hoje.

A vocês, que enchem a minha vida, um verdadeiro obrigado!

## RESUMO

Neste estudo pretende-se analisar e explorar a descrição da experiência do processo de criação artística de uma perspectiva fenomenológica. No fundo, conhecer e compreender de um ponto de vista individual e subjetivo, a criação artística. Esta análise foi feita aos processos de criação artística de diferentes áreas das artes com o intuito de alcançar uma descrição final com os constituintes essenciais e invariáveis desta experiência subjetiva, através do método fenomenológico de Giorgi. A amostra é constituída por quatro participantes, com idades entre os 23 e os 37 anos. Quanto aos resultados surgiram duas estruturas da experiência para os quatro participantes. Relativamente à primeira estrutura verificou-se a existência de estímulos que precedem a criação bem como a procura de conhecimentos complementares pelos artistas. Usam uma estratégia de tentativa e erro e experienciam sentimentos de frustração, para os quais encontram estratégias uteis. Experienciam um distanciamento da realidade e sentimentos de satisfação, e atribuem à criação uma função expressiva, procurando sempre a exposição da sua obra a outros. Quanto à segunda estrutura, existem estímulos que precedem a criação, bem como uma pré-visualização imaginária da obra. Procuram conhecimentos complementares e existe uma função de transporte para outra realidade. Salienta-se a importância do belo e um investimento na perfeição da obra. Em comum, ambas as estruturas têm os estímulos precedentes e a procura de conhecimentos ao longo do processo.

**Palavras-chave:** Arte. Criação. Método Fenomenológico de Amadeo Giorgi.

## **ABSTRACT**

This study's main objective is to analyze and explore the description of the artistic creation process, from a phenomenological perspective. That's, knowing and understanding from an individual and subjective point of view, the artistic creation. This analysis was made to the artistic creation processes from different areas of art, in order to achieve one final description with the essential and invariable constituents of this subjective experience, through the Giorgi's phenomenological method. The sample is formed by four participants with ages from 23 to 37. As to the results, two different experience structures emerged. In the first one it was found the existence of previous stimuli to the creation, as well as a demand for additional knowledge by the artists. They use a try and error strategy, and experience frustration, for which they find useful strategies. They experience a reality gap and feelings of satisfaction, and attach to creating an expressive function, always looking for the exhibition of their work to others. As for the second structure, there's previous stimuli to the creation, as well as an imaginary preview of the work. They seek additional knowledge and there is a transport function to another reality. It stresses the importance of the beautiful and an investment in the perfection of the work. In common, both structures have the previous stimuli and demand for expertise throughout the process.

**Key-words:** Art. Creation. Amadeo Giorgi's Phenomenological Method.

## ÍNDICE

INTRODUÇÃO .....	1
CAPÍTULO I.....	2
ENQUADRAMENTO TEÓRICO .....	2
A Arte.....	2
Funções da Arte.....	4
As Perspetivas Psicológicas da Arte .....	6
O Processo de Criação Artística.....	13
CAPÍTULO II .....	20
METODOLOGIA .....	20
Objectivos do estudo .....	20
Participantes .....	20
Instrumentos .....	21
Procedimentos .....	21
Investigação Qualitativa.....	22
Método Fenomenológico.....	23
Método Fenomenológico de Amadeo Giorgi .....	24
CAPÍTULO III.....	26
APRESENTAÇÃO E ANÁLISE DOS RESULTADOS .....	26
Descrição da Estrutura Geral de Significado A - Participantes 1,2 e 3.....	26
Descrição da Estrutura Geral de Significado B - Participante 4 .....	27
Constituintes Essenciais da Estrutura Geral de Significados A e Variações Empíricas .....	28
Constituintes Essenciais da Estrutura Geral de Significados B e Variações Empíricas.....	36
Constituintes Essenciais da Estrutura Geral de Significados A e B e Variações Empíricas.....	38
CAPÍTULO IV.....	40
DISCUSSÃO DOS RESULTADOS.....	40
Diálogo com a Literatura.....	40
Conclusões .....	48
Limitações do Estudo .....	49
Potencialidades e Propostas de Investigação.....	50
REFERÊNCIAS BIBLIOGRÁFICAS .....	52
ANEXOS.....	55
ANEXO A - Vinheta a ser preenchida pelos participantes.....	55

ANEXO B - Depoimento escrito directo do Participante 1 .....	55
ANEXO C - Depoimento escrito directo do Participante 2 .....	58
ANEXO D - Depoimento escrito directo do Participante 3 .....	62
ANEXO E - Depoimento escrito directo do Participante 4.....	62
ANEXO F – Transformação das Unidades de Significado em Expressões de Carácter Psicológico do Participante 1 .....	65
ANEXO F – Transformação das Unidades de Significado em Expressões de Carácter Psicológico do Participante 2 .....	67
ANEXO H – Transformação das Unidades de Significado em Expressões de Carácter Psicológico do Participante 3 .....	88
ANEXO I – Transformação das Unidades de Significado em Expressões de Carácter Psicológico do Participante 4 .....	101

## TABELAS

TABELA 1. Análise dos Constituintes Essenciais e das Variações Empíricas da Estrutura A.....	35
--	----

TABELA 2. Variações Empíricas dos Participantes referente aos Estímulos Precedentes à Criação.....	39
--	----

TABELA 3. Variações Empíricas dos Participantes referente à Procura de Conhecimentos Complementares.....	39
--	----

## FIGURAS

Figura 1. Relação dos Constituintes Essenciais da Estrutura A.....	46
--	----

Figura 2. Relação dos Constituintes Essenciais da Estrutura B.....	47
--	----

Figura 3. Relação dos Constituintes Essenciais da Estrutura A e B.....	47
--	----

## INTRODUÇÃO

Dentro de um contexto de uma investigação qualitativa, e com uma postura fenomenológica à luz do método de Amadeo Giorgi, o presente estudo pretende analisar a descrição da experiência do processo de criação artística de uma perspectiva fenomenológica. No fundo, conhecer e compreender de um ponto de vista individual e subjetivo, a criação artística. Foi realizado no âmbito da Dissertação de Mestrado em Psicologia Clínica no Ispa – Instituto Superior de Psicologia Aplicada.

A motivação de âmbito académico está relacionada com o potencial que a Psicologia da Arte apresenta, como área em crescimento, e com o facto de se ter vindo a tornar uma área cada vez mais relevante, que pode ter impacto a diferentes níveis.

A motivação de âmbito pessoal foca-se na relação que desde sempre tive com a arte, enquanto criadora. Sendo um processo que sempre fez parte da minha vida, e igualmente de muitas outras, questionei-me várias vezes sobre a criação artística e aquilo que esta envolvia.

A presente Dissertação de Mestrado começa por abordar, no Capítulo I, a Arte e o Processo de Criação Artística, revendo a literatura, de forma a esclarecer alguns conceitos e as investigações existentes.

Segue-se o Capítulo II, onde será apresentada a metodologia utilizada, o objetivo do estudo, os participantes, o material e procedimentos utilizados.

No Capítulo III, encontra-se a apresentação e análise dos resultados das experiências do processo de criação artística.

Por fim, no Capítulo IV serão discutidos os resultados através de um diálogo com a literatura, bem como as limitações e potencialidades do estudo e ainda possíveis estudos futuros.

## CAPÍTULO I

### ENQUADRAMENTO TEÓRICO

#### A Arte

O que é a Arte? A definição de arte, ainda hoje, não é consensual entre estéticos, historiadores de arte, críticos e até mesmo entre os próprios artistas. Inclusive, as dificuldades que esta apresenta a enquadrar-se numa definição fixa, são vistas pelos teóricos como sendo um dos aspetos da própria arte. Deste modo, não tem sido possível delimitar as suas fronteiras, pois esta não teve sempre, nem em toda a parte, o mesmo estatuto, o mesmo conteúdo e a mesma função (Frayze-Pereira, 1994).

Podemos então afirmar, tal como Frayze-Pereira (1994), Solso (2003) e Reis (2011), que uma vez que a arte lida com a mente e sendo esta etérea, estética e holística, qualquer tentativa para a analisar irá com certeza destruí-la. Logo, uma definição de arte não deve procurar contrariar o movimento através do qual esta se auto-contesta e se inventa, que tem vindo a orientar a mesma e que a torna literalmente inapreensível.

Neste sentido, Frayze-Pereira (1994) e Carroll (2015) distinguem ao longo da história, três grandes definições da arte: arte é fazer, arte é conhecer, arte é exprimir. Estas são concepções que ora se opõem, ora se combinam, mas que se encontram em contextos históricos bastante distintos.

Com efeito a primeira concepção - a arte como fazer - prevaleceu na antiguidade, onde se valoriza sobretudo o aspeto fabril, manual, executivo. Por exemplo, quando os gregos se referiam às artes, tinham em mente um conceito mais amplo do que aquele que hoje temos. Para eles uma arte era qualquer prática que exigisse habilidade. No Renascimento a arte era considerada uma visão da realidade, seja esta, uma realidade metafísica superior, mais verdadeira, ou de uma realidade espiritual mais íntima, profunda, emblemática - a arte como conhecer. Mas, com a passagem do séc. XVIII para o séc. XIX, alguns artistas focaram a sua atenção nas suas próprias experiências subjetivas, em vez de procurarem apenas captar a natureza dos costumes e da sociedade da qual faziam parte. Embora continuassem a retratar paisagens, estas possuíam um significado que transcendia as suas características físicas. Por vezes, estes artistas procuraram também registar as suas reações, aquilo que a paisagem os fazia sentir. Nasceu assim o romantismo - a arte como exprimir. Com

este movimento romântico, o mundo é apresentado de um ponto de vista pleno de emoções (Frayze-Pereira, 1994; Carroll 2015).

O romantismo exerceu uma enorme influência no curso da arte que ainda hoje se faz sentir. Talvez a imagem do artista mais comum nos nossos dias continue a ser do criador inquieto que busca o contacto com as suas emoções e sentimentos. Logo, a arte é relevante porque estimula a mente e mexe com emoções. É ainda importante na história psicológica do mundo uma vez que marca a emergência da consciência humana. Tarde na evolução da nossa espécie, nós humanos começámos a produzir arte. Estes primeiros feitos artísticos revelaram uma mudança marcável na consciência tornada possível apenas por um cérebro complexo e pensante. No entanto, no início do desenvolvimento da consciência humana, a situação psíquica original prevalece na arte, ou seja, os fatores inconscientes, coletivos e transpessoais são mais significantes que os fatores da consciência e individuais. Aqui, a arte era apenas um fenómeno da existência coletiva, na vida de um grupo. Apesar disto, o desenvolvimento coincidente do homem moderno e objetos artísticos manifestos foi também essencial, porque colocou-se a hipótese de que ambos eram consequências diretas do ganho de consciência (Neumann, 1959; Solso, 2003).

Assim, podemos afirmar que a arte emergiu como resultado do cérebro ser capaz de imaginar coisas internamente e representar essas coisas imaginadas, externamente. Por esta ordem de ideias, a arte pode ser criada ou pode existir na ordem natural do universo, mas deve ser experienciada pela estética humana, representacional, e/ou simbólica para ser considerada arte. No entanto, a arte é muito mais complicada que apenas uma interpretação elementar, mas a fundação básica da arte começou com o sistema sensório-cognitivo, cuja função era sobreviver, e a exploração criativa era um ingrediente essencial nessa jornada. Arte e todas as outras invenções humanas, foram produtos desta simples necessidade (Solso, 2003)d.

Porém, desde o começo do séc. XX, a nossa relação com a arte tem vindo a enfraquecer por uma relutância institucional de se dirigirem à questão: "para que serve a arte?". Mas talvez seja importante tentar compreender se são as artes meros aspectos ornamentais da produção humana e da sua experiência ou se terão elas um papel mais significativa na compreensão dos humanos (Eisner, 2007; Botton, 2013).

## **Funções da Arte**

Caroll (2015), explica que teorias artísticas têm sido aceites e baseiam-se na especulação por parte de filósofos, padres, críticos e, mais tarde, psicólogos e neurocientistas.

Segundo Paín (2009) e Arnheim (1997), as artes são atualmente vistas como uma criação especial na medida em que permitem evocar emoções, expressar o sujeito, aplicando-se geralmente à capacidade deste de traduzir em palavras ou gestos, ideias e sentimentos, porque a matriz da vida artística é a vida humana. Mas quando pensamos nas funções da arte, podemos pôr a hipótese de que a funcionalidade nada tem que ver com a arte ou até que a arte exclui a funcionalidade, ou ainda, que apenas por alguma coincidência se criava algo belo ao mesmo tempo que se procurava a sua utilidade.

Porém, a procura da compreensão da arte, dos seus processos e daquilo que significa num contexto abrangente da experiência humana tem seguido muitos caminhos. As primeiras teorias da arte, foram-nos trazidas por Platão e seu discípulo, que defendiam que o objetivo último dos pintores é reproduzir a aparência das coisas - copiá-las – tanto pessoas, como objetos e situações. Ou seja, a arte era vista principalmente como retrato da realidade, julgando-se que a representação era a característica essencial da arte, aquilo que a definia. De facto, muita arte visual é, sem dúvida representacional. Contudo, atualmente e face à história da arte, esta teoria da arte é considerada demasiado exclusiva, confronta-se com demasiadas exceções, uma vez que não classifica como arte, tudo o que hoje se considera pertencer a essa categoria e, ao orientar-se para a psicologia, a teoria da arte começou a ter em conta a diferença entre o mundo físico e o seu aspeto e, posteriormente, a diferença entre o que se vê na natureza e o que se recolhe numa obra artística (Arnheim, 1999; Caroll, 2015).

Assim surgiram as teorias expressivas da arte. Quando o sujeito expressa, pode expressar de forma consciente ou inconsciente, e aquilo que é expressado pode ser autêntico ou simulado. No entanto, uma vez que o ato de criação consiste na invenção de formas e que, estas representam a intenção do artista utilizando um determinado material, podemos nos questionar acerca daquilo que a arte procura expressar. Pode expressar, não só sentimentos e emoções que o artista tem, mas também que o artista conhece, a sua perspetiva da natureza, a sua imagem da

experiência existencial, tanto física e emotiva, como fantástica. Apesar da vida do artista não ser capaz de explicar por inteiro a sua arte, é certo que ambos estão interligados. A verdade é que aquelas obras para serem construídas precisaram daquela vida, não sendo, unicamente um feito individual, uma vez que, por estar inserido numa sociedade não é apenas um objeto de análise estética ou filosófica (Bosser, 1981; Shinebourne, 2005; Eisner, 2007).

Arnheim (1999) e Carroll (2015), reforçam a importância do Romantismo para o papel do artista na criação de uma obra de arte, um papel mais ativo, na medida em que uma obra de arte encarna as atitudes, os sentimentos, as emoções e/ou os pontos de vista do próprio para com o tema que escolheu. Ou seja, quando um artista exprime os seus sentimentos, fá-lo intencionalmente, sendo esse o seu objetivo. Trata-se de trazer os seus sentimentos para o exterior, onde todos, incluindo o artista, possam contemplá-los. Assim, o termo expressão refere-se principalmente a manifestações externas da personalidade humana. Paralelamente, também as atividades do corpo humano poderão ser expressivas, como a forma e proporções do rosto ou das mãos, as tensões e o ritmo da ação muscular, o andar ou os gestos. Juntamos a isto o facto de ser hoje comumente aceite que a expressão tem um alcance para além do corpo da pessoa observada.

Apesar das várias teorias expressionistas diferirem em muitos aspetos, Carroll (2015), menciona um outro tipo de teoria da arte, criada e dada a conhecer por Lev Tolstói, que considera a expressão uma forma de comunicação. A ideia que ele transmite é que quando o sujeito se exprime a outro, está a comunicar com ele. Mas claro, nem toda a comunicação é arte. Então como somos capazes de distinguir aquilo que é a comunicação artística, dos outros tipos de comunicação? Segundo este, o que define a arte é o facto de o seu principal objetivo ser a expressão ou a comunicação de sentimentos. Na arte há um estado emocional que é exteriorizado, é trazido à superfície e transmitido aos espectadores, leitores e/ou ouvintes.

No entanto, a atividade criadora não deve ser considerada somente como meio de expressão das emoções, porque a expressão não é única característica da arte, visto que uma vez que nem todas as obras de arte têm de ser expressivas. Mas a expressão é sem dúvida, algo frequente na arte. Podemos então, considerar as obras de arte como modo de objetivação da experiência humana, ou seja, dão-nos novas maneiras através das quais interpretamos e compreendemos o mundo, maneiras que permitem experienciar realidades que de outra maneira seriam desconhecidas. Desta forma, pela

arte sentimos, muito frequentemente, aquilo que não conseguimos ver diretamente. Esta é outra característica da mesma, é interpretada de maneira a ser representacional e simbólica (Solso, 2003; Eisner, 2007; Vygotsky, 2012; Carroll, 2015).

No fundo, como nos diz Solso (2003), a mente humana requer alimento tão imperiosamente como o corpo humano, é através da arte que a nossa imaginação retira sustento. A procura da arte está ligada à procura básica de vida intrincada no coração e mente de todo o ser humano.

### **As Perspetivas Psicológicas da Arte**

Arnheim (1999), explica-nos que a psicologia científica da arte não é mais recente que a psicologia científica no geral. Teve início na mesma altura em que se começou a estudar a psicologia das proporções visuais, tendo vindo a acumular um grande número de descobertas sobre perceção e, mais recentemente, contribuído para desenvolver métodos viáveis para a investigação da personalidade humana, da motivação e das relações sociais. No entanto, verifica-se que a psicologia da arte não acompanhou o ritmo dos avanços da psicologia em geral. A relativa escassez de estudos relevantes é mais evidente se nos debruçarmos sobre o quanto se fala, pensa e escreve sobre o tema da arte todos os anos. Também os estudantes da teoria e prática artística tornaram-se conscientes da importância da psicologia, por sentirem uma necessidade cada vez maior dos contributos que a psicologia pode trazer aos seus trabalhos.

Tanto a mente como a arte são parte de um único universo físico, defende Solso (2003). Acrescenta que análises separadas da arte e da mente levam a uma incompreensão de cada um. As várias tentativas de demonstrar a relação entre a arte, como um estímulo externo, e aquilo que ela faz a nível de uma reação psicológica levaram a uma estreita ligação entre ambas. O autor mostra-nos a arte e a mente como uma única realidade, tendo sido são construídos da mesma base.

Com a evolução social, havia pressão para que a arte encontrasse uma função que a distinguisse da ciência e que, ao mesmo tempo, não a tornasse menos relevante. Por ciência entende-se a interpretação dos fenómenos através da experimentação e consequentemente de generalizações conceptuais, a arte serve um propósito similar permitindo-nos experimentar a natureza e o seu funcionamento pela produção de imagens. A ideia de que a arte se especializava na expressão de emoções tornava-se,

desta maneira, particularmente apelativa. A arte tal como a ciência focava-se na exploração do mundo objetivo, tendo para si um território igualmente importante, o mundo interno dos sentimentos. Se a ciência colocava um espelho diante da natureza, a arte voltava-o para o sujeito e as suas experiências (Arnheim, 1999; Carroll, 2015).

Assim, é importante retirar que os nossos pensamentos e reflexões são melhor revelados, e mais naturalmente, através das artes. Logo, a obra de arte acaba por ser um campo de possibilidades para a experiência do sensível, não como um pensamento sobre o ver ou o sentir, mas como reflexão corpórea. Ainda, esta representa também a habilidade do artista de criar uma estrutura de formas, que são nas suas relações, análogas às formas dos sentimentos da sua experiência. Ou seja, quando o artista cria, é a si mesmo que ele descobre na sua atividade. Picasso gostava de dizer que ele "não procurou, ele encontrou", a arte. Esta afirmação, segue a lógica de que os artistas não inventam arte, mas, encontram maneiras de expressar a realidade que são compatíveis com as estruturas básicas da sua mente (Solso, 2003; Eisner, 2007; Nóbrega, 2008).

Fazendo a ponte entre a arte e a psicologia, devemos ter em conta as diferentes perspetivas psicológicas, começamos por mencionar a teoria Psicanalítica ortodoxa da arte, segundo a qual Freud afirma que, "o artista é um introvertido que beira a neurose, animado por impulsos e tendências extremamente fortes, ele quer conquistar honra, poder, riqueza e o amor das mulheres, mas faltam-lhe os meios de providenciar para si tais satisfações" (Didier-Weill, 1997, p. 8).

Freud defende que a arte resulta de um mecanismo através do qual os impulsos sexuais reprimidos, por não serem aceites, são transformados e tornados algo considerado socialmente aceite e valorizado, pelo mecanismo de defesa da sublimação. Baseava-se também, na ideia de que quem está feliz nunca fantasia, e que apenas quem se encontra insatisfeito o faz, uma vez que, são os desejos insatisfeitos que levam à fantasia, e que esta é sempre a realização de um desejo, uma correção de uma realidade insatisfatória (Didier-Weill, 1997; Gonçalves, 2000; Bilbao, 2006).

Para o autor, esta argumentação segue a premissa de que o princípio do prazer, como objetivo de vida, não pode proporcionar uma felicidade duradoura, apenas momentos pontuais de satisfação relacionados a uma descarga de tensões. Assim, defende que, tanto um pintor como um escritor, para tentar corrigir essa realidade insatisfatória, projeta na sua arte significados pessoais inconscientes. Ainda, deixa de considerar a questão do belo, mostrando interesse, sobretudo, pela intenção do artista sem se deixar questionar pela obra de arte. E em numerosas passagens, trata a arte como

um sedativo, como um ópio, como uma consolação, aproximando a arte, em termos comparativos, com a religião (Didier-Weill, 1997; Bilbao, 2006).

Ainda Arnheim (1999) esclarece-nos que, para além do anteriormente referido, estas teorias também vieram reforçar que todos os elementos de uma obra de arte, pertençam à forma percetual ou ao conteúdo, são simbólicos. Isto é, representam algo que está para além daquilo que é objetivo. Este facto tinha sido posto de lado, nas escolas estéticas, pois consideravam que a arte pretendia apenas imitar a realidade, e que portanto só eram simbólicas as obras cujo conteúdo manifesto não podia ser aceite na sua literalidade, como no caso da arte abstrata. Mas a psicanálise, baralhou a questão ao afirmar que os símbolos são um instrumento para camuflar o verdadeiro conteúdo do testemunho artístico.

Carl Gustav Jung, entre outros, opôs-se ao seu ponto de vista e argumenta que os símbolos servem mais para revelar do que para ocultar os significados, uma vez que possuem o aspeto tangível das ideias que representam. Revivem e clarificam os problemas da existência humana. Ainda, Jung descreveu o valor artístico em si e utilizou aquilo que os seus pacientes produziam durante as sessões (Arnheim, 1999; Bilbao, 2006).

Por outro lado, Winnicott focava-se na experiência em si e não nos resultados artísticos. Bowie (2000), mostra-nos que o extraordinário acerca do trabalho deste autor é que ele relaciona o mundo da experiência infantil com a produção cultural sofisticada, como a arte. Ele diz-nos, que esta experiência cultural, está na mente e fora desta, num território fronteiro que é perigoso e excitante. Ou seja, a obra de arte, feita de acordo com a sua prescrição, habita um local supremamente paradoxal. Porque representa as capacidades integrativas e reparadoras da mente criativa, enquanto ao mesmo tempo permite-nos uma loucura necessária. Reenvia-nos para um passado remoto e leva-nos para um desafiante novo futuro. O que o difere dos restantes psicanalistas, é que ele compreende as condições do trabalho, da excitação, da incerteza e do medo, onde os artistas se encontram e onde as suas obras nos podem levar.

Já na visão de Carl Rogers (1999; cit. por Bilbao), a criatividade está relacionada à tendência atualizante, que se trata de uma força inerente ao organismo que dirige o sujeito para um estado sadio. Para ele, um indivíduo é um ser criativo quando está aberto à experiência, quando experimenta ideias e emoções que anteriormente não surgiam à sua consciência, porque encontrou um meio de avaliação interior.

Maslow (1999; cit. por Bilbao), também ele humanista, define a criatividade humana como algo inerente à saúde, de maneira semelhante à que Rogers defende. As pessoas sadias satisfazem as suas necessidades básicas de segurança, filiação, amor, respeito e amor-próprio, direcionando a sua motivação para a realização das suas capacidades e talentos. Nestas experiências artísticas ocorre o processo de individuação, no qual, o objetivo último seria um funcionamento mais pleno do indivíduo, e conseqüentemente, um aumento da criatividade. Aqui, os sujeitos sentem felicidade e realização supremas, sentem-se no auge de seus poderes, livres de bloqueios, medos, autocríticas, sendo conseqüentemente, mais espontâneos e autoconfiantes.

Rollo May (1975), explorou o tema com profundidade, e partiu do seu contacto com obras de arte e com os seus artistas para produzir teorias, o que é uma aproximação diferente das citadas anteriormente, para ele o processo criativo é representativo do mais alto grau de saúde emocional.

Ainda, para Allen (1995; cit. por Bilbao, 2006), a arte é um meio de autoconhecimento, que não possui uma função reparadora, mas restabelece a conexão do indivíduo com a alma, o aspeto que considera ser o mais profundo de um sujeito.

A conexão com a alma, como algo inerente à arte, é referida, também, por McNiff (1988; cit. por Bilbao, 2006), pois para este o ato de criar, permite a experiência como um processo livre, que exercita a imaginação. Por também se considerar artista, admite que a arte traz benefícios e que pode modificar o criador, uma vez que implicam investigar aquilo que se desconhece, sendo necessária confiança da parte do artista, por partirem do próprio fazer e não de um planeamento prévio.

Segundo Bilbao (2006), nas suas investigações, McNiff identificou sete fragilidades da arte, coincidentes com sete funções que esta apresenta. Em primeiro lugar ajuda na memória, tendo em conta que somos maus a lembrar e face a isto, muitas vezes apoiamo-nos na escrita como sendo a resposta óbvia, e a arte a segunda resposta central, que acaba por ser uma maneira de preservar as nossas experiências. Por outro lado, baseia-se na esperança, algo a ser celebrado. Mostra-nos que se o otimismo é relevante, deve-se ao facto de se depositarmos mais otimismo nas tarefas os resultados vão ser determinados por ele. Podemos estar condenados não pela falta de talento, mas sim pela falta de esperança.

Ainda, algo extremamente importante e das que menos se esperava que a arte pudesse contribuir, é ensinar-nos como sofrer com mais sucesso, pois encoraja

uma interação profunda com a tristeza. Podemos afirmar que muitas obras de arte de sucesso, mostram sublimações da tristeza. Na arte, esta refere-se a processos psicológicos de transformação, na qual experiências que possam ser negativas, são convertidas positivo, aceite socialmente. Tendo consciência que são poucas as pessoas que se encontram totalmente equilibradas, seria importante aprofundar a capacidade da arte de nos reequilibrar (Bilbao, 2006).

Ao termos a noção de que a arte possui um papel em reequilibrar-nos emocionalmente, talvez possamos responder à questão de porque é que as pessoas diferem tanto nos seus gostos estéticos. Para além disto, conhecemo-nos pouco, e de vez em quando deparamo-nos com obras de arte que parecem reenviar-nos para algo próximo de algo que já sentimos. No fundo, a nossa dedicação à arte é útil porque permite-nos tempo e privacidade para aprender com isto, desenvolvendo um crescimento pessoal. Por fim, achamos difícil notar o valor daquilo que nos rodeia, sendo esta uma das grandes causas para a nossa infelicidade e deste modo, é frequente desejarmos, atrações imaginárias que não se verificam. Assim, a arte leva-nos para uma avaliação mais correta e certa daquilo que tem valor, recalibrando o lugar onde fica aquilo que admiramos e amamos (Bilbao, 2006).

Para Eisner (cit. por Reis, 2008), todo o artista está interessado naquilo que a sua obra expressa. Assim, podemos afirmar que criar nunca é uma ação desligada do outro, pois precisa de um sujeito, uma subjetividade para se transformar em objetividade. "Toda a criação expressiva, seja ela realista, abstrata ou fantástica, um êxito ou um fracasso, está no mundo apenas como condição que expresse algo a alguém que faz parte dele. Porém, este mundo não está fora do sujeito que o pinta, menos ainda de quem o admira" (Paín, 2009, p. 95).

Como defende Vygotsky (2012), qualquer sujeito que crie, independentemente das suas capacidades, é sempre o resultado do seu tempo e época, ou seja, a sua criatividade parte de necessidades que já existiam antes dele e apoia-se nas possibilidades que não dependem dele. Qualquer invenção ou descoberta científica precisa que antes se criem as condições, tanto materiais como psicológicas, que impulsionem o seu surgimento. A arte passa por um processo histórico contínuo, em que toda a obra criada é definida pela anterior. Os historiadores tendem a avaliar uma obra de arte como manifestação da mentalidade de uma determinada cultura, grupo social, ou sujeito. A psicopatologia seguiu esta ideia e encontrou casos específicos, nos

quais uma pessoa perturbada aprende a lidar com os seus problemas emocionais através da expressão artística.

Arnheim (1999), questionou o facto da psicologia não conseguir fornecer às teorias estéticas, bases de informação, mais sólidas. Chega a dois motivos principais, sendo o primeiro a existência de pouco contacto entre a arte e a psicologia. Logo, se pretendemos progredir, devemos nos focar em aumentar o contacto, e torná-lo mais íntimo, entre as duas áreas. Desta forma, um psicólogo irá encontrar nas obras de arte e nos seus artistas um novo mundo de informação, que para além de contribuir para ambas áreas, irá contribuir igualmente para uma melhor compreensão da mente humana. Por outro lado, a excessiva necessidade de exatidão quantitativa, torna-se o segundo obstáculo e face a isto, alguns dos estudos existentes poderão contribuir enquanto trabalho preliminar, mas dever-se-á ter em atenção se forem o ponto final da compreensão.

No entanto, foi em fins do século XIX, que o interesse pelas criações artísticas, de sujeitos com psicopatologias graves, surgiu entre psiquiatras. Começaram a estudá-las, criando a ligação entre a arte e a psicologia. Emil Kraepelin e Karl Jaspers, em 1912, observaram que os desenhos dos pacientes podiam ajudar a entender a sua psicopatologia. É possível encontrar pontos em comum nos diálogos sobre a arte e sobre a doença mental, como a representação, imaginação, expressão e interpretação. O objetivo não é definir funções, mas sim descrever fenómenos psíquicos, que permitam a compreensão do processo artístico (Paín, 2009).

A psicologia da arte, surge e é aprofundada no início dos anos 50, e com ela começa-se a ter em conta mais do que apenas o polo subjetivo e objetivo, da experiência estética. Ou seja, o sentido referente à obra de arte, não se encontra apenas nos estados psíquicos do sujeito que a observa, nem das suas propriedades físicas. Apesar de terem sido vários os psicólogos que se interessaram por esta área, contribuíram apenas superficialmente para a sua compreensão e aprofundamento. Isto deve-se, principalmente, ao facto de os psicólogos estarem interessados na criação artística sobretudo com o intuito de explorar a personalidade humana, ou até por limitarem as suas pesquisas ao que pode ser quantificado (Frayze-Pereira, 1994; Arnheim, 1974).

Para Botton (2013), a arte pode ser uma ferramenta, e devemos tornar mais claro o tipo de ferramenta em que se pode tornar e os benefícios que pode trazer para o sujeito. A arte compensa-nos por uma certa fraqueza inata da mente, ou seja, fragilidades psicológicas. O autor sugere que a arte é um meio terapêutico que pode ajudar a guiar,

exortar e consolar os seus observadores, permitindo-lhes tornarem-se melhores versões deles mesmos. A questão que se coloca aqui é, com que fragilidades pode a arte ajudar?

Sendo composta de símbolos, para chegar ao sentido interno de qualquer obra de arte, é necessário um trabalho de descodificação e interligação, que permita chegar ao sentido interno que corresponde às suas características físicas. Ou seja, através da aproximação, interpretando. As obras de arte conseguem ter, de tal forma, impacto, que tendencialmente vemos o nosso mundo face a elas, em vez de observarmos as obras face ao nosso mundo. Posto de outra maneira, a arte nem sempre imita a vida, a arte é muitas vezes imitada pela vida. O mundo que podemos conhecer quando observamos uma obra de arte, não nos foi dado a conhecer por mais ninguém, e entrar neste mundo, significa receber parte do outro, através dos nossos sentidos e sentimentos. Entre a representação mental e a representação objetiva, isto é, a obra, não há uma relação direta, mas sim uma contínua adaptação entre conhecimento qualitativo e o saber técnico que vai selecionando (Arnheim, 1975; Bilbao, 2006; Paín, 2009).

Com as várias investigações da Psicologia acerca da arte, foi criado um método alternativo de terapia: a arte-terapia, que tem por base o recurso às artes, seja do produto que delas resulta, como do processo de criação artística, em si. Para Natalie Rogers, o processo psicoterapêutico e criatividade estão ligados, uma vez que o que é criativo geralmente é terapêutico e vice-versa. Com a arte expressiva preocupamo-nos tanto com o processo como no produto. A autora, utilizando os princípios da abordagem centrada na pessoa e também recursos artísticos diversos, parte da premissa que mente, corpo, emoção e espírito devem estar integrados no indivíduo saudável e, como tal, o processo terapêutico deve focar-se em todos esses aspectos e que visam um caminho através de estratos que permitam conhecer a verdadeira natureza do sujeito. Outra personalidade de destaque no campo da arte-terapia é Rhyme, que segue princípios da Gestalt, e acredita que a experiência de criar arte contribui para a clareza de insight (Bilbao, 2006; Sommers-Flanagan, 2007).

Concluiu-se no geral, aspetos positivos da arte, como o autoconhecimento, integração da personalidade, transformação de valores e afectos, transcendência da realidade quotidiana, abrindo-se novas perspectivas para mais estudos sobre a arte, que surge cada vez mais associada a processos terapêuticos. Apesar de a criação trazer ao sujeito grandes alegrias, mas está igualmente associada ao sofrimento, a que tem sido dada a designação memorável de tormento da criação. Criar é difícil e o impulso para

criar nem sempre coincide com a capacidade para criar, daí surgir um sentimento de tortura e sofrimento (Bilbao, 2006; Sommers-Flanagan, 2007; Vygotsky, 2012).

### **O Processo de Criação Artística**

Porém, o processo de criação artística é ainda pouco conhecido e, como tal, é algo a investigar, de modo a compreender melhor a produção de arte e o artista que a produz. É possível verificar, através da literatura, que a criação artística apesar de ser um processo racional, possui componentes que não nos surgem imediatamente à consciência. Existe desde sempre uma barreira impenetrável que cerca o processo de criação artística que nem artistas, nem psicólogos, foram capazes de ultrapassar a teoria no que toca às características do processo. No entanto, não podemos deixar de parte fatores como a cultura, o tempo, e o espaço histórico pois tornam-se parte do fazer artístico (Vygotsky, 2012; Caroll, 2015).

Ainda, podemos afirmar que, este resulta de diversas e complexas formas de aprendizagem, tais como competências de criação e produção, perceção estética e compreensão da arte. Ou seja, para investigarmos o que alguém realmente experiencia ao criar, podemos utilizar diversos meios, mas sabemos que para criar é sempre necessário o uso de habilidades, conhecimentos, técnicas, e familiaridade com os materiais a utilizar. Ou seja, os artistas não inventaram a arte mais do que os físicos inventaram as partículas, ou neurologistas inventaram cérebro, ou psicólogos inventaram a mente. Arte, física, fisiologia, psicologia, e até mesmo a ciência no geral, são mundos à espera de serem descobertos (Solso, 2003; Paín, 2009).

É possível considerar qualquer ato humano que dá origem a algo novo como um ato criativo, independentemente daquilo que é criado. No fundo, o ato de criar, trata-se de dar ao mundo uma necessidade, podendo representar um objeto, um sentimento, ou até algo construído mentalmente. Sentimentos e emoções, por si só, não dão origem a nada de novo, sendo necessário que estes sejam ultrapassados, resolvidos, transformando-se em estímulos. Isto é, ao reelaborar estes sentimentos e emoções, vai haver uma reconstrução dos mesmos, modificando-os por meio da articulação entre uma reflexão natural e imaginação, com os conhecimentos técnicos. Ainda, há um aparecimento espontâneo das imagens, isto é, algo que acontece de repente sem causas óbvias e claras. Para além disto, é necessário todo um processo que trata da aquisição de conhecimentos elaborados reflexivamente. No entanto, o

processo de criação continua a ser consideravelmente vasto e inclui inúmeras variantes que podem dar origem a um igual número de resultados. Podemos concluir que a obra é criada através de uma interligação entre a consciência, o corpo, as técnicas e os materiais (Maheirie, 2003; Vygotsky, 2012).

Arnheim (1999) e Carroll (2015), fazem-nos ver que um artista pensa sobre as suas emoções, examinando-as de forma controlada, não se encontrando simplesmente possuído por elas. Para o artista, o seu estado emocional é como um modelo para a sua obra. O artista explora-o intencionalmente, e procura a palavra, cor, som, exato, para o expressar, entre várias alternativas. Assim, o recurso ao acaso, parece ser o que menos se espera que o artista faça, já que arte possui uma função organizadora face ao mundo que experienciamos.

A arte possui um papel essencial na procura do homem pela sobrevivência, e na compreensão da sua existência e daquilo que o rodeia. Este processo, o de compreender a sua existência e experiência emocional, é controlado, não é uma explosão. O artista estuda a emoção, manipulando-a, e usando movimentos da mesma através de diferentes perspetivas e técnicas. Quando termina, pretende-se que o artista capte o seu sentimento e permita aos observadores captarem-no também (Arnheim, 1999; Carroll, 2015).

Ligadas ao processo de criação artística surgiram, na literatura, algumas componentes que lhe são associadas e que serão seguidamente abordadas.

### ***Imaginação***

Segundo Paín (2009), é importante ter em conta que não há inicialmente uma ideia bem definida, que é sucedido pela procura da maneira para a expressar adequadamente, ou seja, há uma ideia a subir à consciência do artista, que precisa de ser materializada para fazer sentido. Deste modo, nas etapas que se seguem, há elementos da imaginação que se perdem, outros mantêm-se e outros transformam-se, dando origem a outros elementos novos.

Para Vygotsky (2012), a imaginação é essencial e inerente ao processo de criação manifestando-se da mesma maneira em qualquer ato criativo, seja este artístico, científico e tecnológico. Com esta ideia, podemos afirmar que tudo o que nos rodeia e foi criado pelo homem resulta da criatividade e da imaginação. Ou seja, “a imagem, como produto da imaginação, é uma fantasia que não pretende informar sobre a realidade visível, mas propor ao pensamento uma nova composição sensível e muito frágil, que permite ao espectador partilhar uma modelação inédita da realidade. Em cada

obra há um nível de conceitualização e, simultaneamente, um nível imaginário que oferece um leque de possibilidades inéditas de existência, onde os limites entre o real e o fantástico se diluem” (Paín, 2009, pp. 85-86).

### ***Criatividade***

A definição mais comum de criatividade de um ponto de vista psicanalítico, trata-se como uma regressão ao serviço do ego, ou seja, é uma manifestação básica da realização do seu eu no mundo, resultante da espontaneidade e as suas limitações. A coragem criativa passa pela descoberta de novas formas, novos símbolos, novos padrões através dos quais nos construímos. Quando apreciarmos o trabalho criativo, também nos encontramos a criar, visto que estamos a experienciar um novo momento de sensibilidade. A criatividade nasce dessa luta, entre o imaginário e a realidade, não sendo sempre aliada à inocência espontânea da criança, mas também à paixão do adulto e ao seu desejo intenso de viver além da morte. Por fim, a transformação criativa, por outro lado, representa um processo no qual o princípio criativo se manifesta, não como uma posse sem interrupção, mas como um poder relacionado com o self, o centro de toda a personalidade (Neumann, 1959; May, 1975)

### ***Perceção***

Para Merleau-Ponty (2006) cit. por Reis (2011), a arte começa na perceção sensível do mundo, retirando sentidos e significados a partir da relação entre o objeto e o sujeito.

Nóbrega (2008) defende que para a compreender, é imprescindível conhecer a noção de sensação. A sensação não é deve ser considerado um estado ou uma qualidade, nem a consciência de um destes. A perceção é considerada como algo distinto da sensação, embora possam estar relacionados pela causalidade estímulo-resposta. Ou seja, a perceção apreende um dado objeto, através das sensações, que acabam por ser um instrumento, neste processo. Deste modo, a perceção resulta da relação entre aquilo que o objeto é, e aquilo nos é transmitido, por este, através das sensações. Está inerentemente, relacionada à atitude corpórea.

Ver arte, muitas vezes, começa quando os olhos veem um determinado objeto. Os nossos olhos encontram-se bem equipados para ver detalhes minúsculos, formas, movimentos, cores e caras, pois foram para isso que foram feitos. Tecnicamente, só podemos avaliar a arte, após estímulos sensíveis serem organizados pelos nossos

modelos mentais, que evoluem face à nossa aprendizagem do mundo. Ou seja, toda a experiência visual está integrada num determinado contexto, pois o que uma pessoa vê agora, é simplesmente o resultado daquilo que esta viu no passado. Este modo de compreender a percepção, de um ponto de vista fenomenológico, tem vindo a influenciar vários estudos contemporâneos sobre a percepção, e é unindo isto à comunicação entre a Psicologia e a Gestalt, incluindo a arte, que esta se vai construir. (Arnheim, 1974; Solso, 2003).

Já afirmámos que a história da vida do sujeito, as suas experiências e a sua subjetividade têm um papel muito ativo quando falamos de percepção. Ou seja, a perspetiva pela qual vemos o mundo vai influenciar aquilo que dele retiramos. De acordo com a teoria da percepção fundada na experiência do sujeito encarnado, do fenomenal, reconhece o espaço como expressivo e simbólico. Não podemos assumir a percepção como um facto, uma vez que há uma distância entre aquilo que nós e outra pessoa percebemos de uma mesma coisa (Merleau-Ponty, 1962).

Assim, é importante ter em consideração o processo de diferenciação preceptiva através do qual percebemos, comparamos e estabelecemos relações entre características de determinados objetos e memórias, que vão originando uma percepção seletiva. Concluindo, face ao modo como as experiências individuais são acumuladas e interagem, um determinado esquema pessoal emerge. Todos os temos (Solso, 2003; Nóbrega, 2008).

Pondo a atenção na perspetiva cognitiva do processo, este está interligado com o corpo, e até a um nível mais profundo do que aquele que pensamos. Tal como nos explicam Maturana e Varela (1995) cit. Por Nóbrega (2008) e Gonçalves (2000), percepção e pensamento são o mesmo no sistema nervoso, não há diferenças entre as bases fisiológicas na percepção visual e na cinestésica, sendo espírito e matéria um só, sendo todas essas dimensões da experiência o mesmo no sistema nervoso. Por outras palavras, são operacionalmente indiferenciáveis. E Arnheim (1999), acrescenta que, se assumirmos que todos os aspetos da experiência visual, estão ligadas ao sistema nervoso, podemos antecipar de um modo geral, a natureza destes processos, ou seja, pela interação das partes e o todo. Resumindo, o facto de usarmos o nosso olho e cérebro para compreender os significados dos quadros, por exemplo, levam-nos a analisá-los e compreendê-los em termos de quem somos e como chegámos ali. "A arte é uma percepção consciente experienciada e definida pelos humanos como estética" (Solso, 2003, p.24).

### *Estética*

A disciplina à qual denominamos estética, surgiu numa época em que a beleza e a arte estavam no centro das reflexões filosóficas, em que a perspectiva do belo, face a um mundo sensível ligado à percepção, originou o conteúdo dessa disciplina. “A aproximação entre a arte e a psicologia não é um movimento recente. Muito anterior ao próprio advento da psicologia como disciplina científica, na verdade, em suas origens, foi a própria estética que se abriu à psicologia que estava por vir” (Frayze-Pereira, 1994, p. 35).

Criada como disciplina no século XVIII por Baumgarten, a estética baseava-se na ideia de que a beleza e o seu papel nas artes, representavam um tipo de conhecimento voltado para a verdade. Posteriormente, através da filosofia de Kant, a questão do belo converteu-se na discussão da “experiência estética” que acabou por ser compreendida de forma diferente, devido às diferentes teorias do século XIX. E, lentamente, a estética filosófica pôs de parte o domínio transcendente, para se aproximar do domínio experimental e psicológico. Assim, o primeiro laboratório de Psicologia, fundado por Wundt em Leipzig (1878), assinalou um marco histórico na teoria da estética, uma vez que é possível afirmar que a psico-estética experimental nasceu com este (Frayze-Pereira, 1994).

Consideravam-se sempre dois polos no que toca a toda a experiência estética, e consequentemente toda a arte: um polo subjetivo, que incluía o sujeito, artista ou espectador que sente e avalia, e um polo objetivo, que trata do objeto, ou seja, os estímulos, que nos transmitem ou provocam o que sentimos e avaliamos. Uma vez que a experiência estética caracteriza-se a partir da percepção face a um ato de criação ou contemplação de um objeto estético, esta é intercedida por uma sensibilidade imaginativa, levando o sujeito a sentir algo emocional. Ainda, por envolver a percepção, depende da participação do Eu no objeto para existir esta experiência, e consequentemente aumentar a intervenção expressiva do corpo e o próprio processo de percepção, aguçando os sentidos e a sensibilidade e organizando a linguagem, a expressão e a comunicação. Trata-se de uma experiência que permite aos sujeitos ampliar o seu olhar face à realidade, indo para além dos esquemas preceptivos que condicionam o nosso olhar quotidiano, muitas vezes sujeito a preconceitos e crenças redutoras (Nóbrega, 2008; Reis, 2011).

Nesta ocorre uma relação sensível entre um sujeito e um objeto observado, como sendo uma obra. “O impacto de uma imagem traduz-se, não tanto pela sua capacidade em captar a atenção, mas sobretudo pelo sentimento que é capaz de gerar junto do observador ou contemplador” (Raposo, 2008, p. 4).

### *Criação*

Paín (2009), defende que, a frase mais correta para caracterizar uma materialização, realização ou objetivo expressivo seria dizer que nela "se expressa o mundo". O que significa que, daquilo que a pintura expressa, nenhuma dedução sobre a realidade pode ser tirada, exatamente porque, onde há obra expressiva, o mundo ordinário se eclipsa, arrastando o ego consigo.

Existe criatividade não só quando se criam grandiosas obras históricas, mas sempre que o homem imagina, combina, altera e cria algo novo, ou seja, a criação dá-se no encontro, na relação, e na confrontação dos seus elementos. A imaginação criadora atravessa com a sua criatividade toda a linha da vida pessoal e social, especulativa e prática, em todos os seus aspetos, ela é omnipresente. Seja qual for a nossa atividade, há sempre uma satisfação profunda em saber que contribuímos para a estruturação de um mundo novo. Isso é coragem criativa, por menores e acidentais que as nossas realizações sejam. Evidentemente, criatividade e originalidade associam-se a pessoas que não se adaptam à cultura em que vivem (Bosseur, 1981; May, 1975; Vygotsky, 2012).

Passemos agora à natureza do processo criativo, analisando a descrição do que realmente acontece com o indivíduo no ato de criar. Os artistas, como todos nós, experimentam alterações neurológicas nos momentos do encontro. O coração acelera-se, a pressão sanguínea sobe, a visão é mais intensa e restrita, as pálpebras semicerram-se para distinguir melhor a cena; e o artista ignora o que o rodeia (e a passagem do tempo). O apetite diminui – o indivíduo absorto no ato criativo perde o interesse pelo alimento e não se dá conta das horas das refeições (May, 1975).

Entretanto, o que o artista ou o cientista sente não é ansiedade ou medo: é regozijo. Uso a palavra regozijo para fazer contraste com felicidade ou prazer. O artista, no momento de criar, não sente gratificação ou satisfação (embora possa experimentá-las mais tarde, ao sentar-se para descansar, com um cachimbo ou uma bebida). Sente regozijo, definido como a emoção que acompanha o mais alto grau de consciência, o estado de espírito que nasce da experiência de realizar as suas potencialidades. É ele que

investe toda a sua responsabilidade na obra, sendo apenas dele (May, 1975; Bosseur, 1981).

Os processos de dar forma, fazer, construir, continuam em nossa mente, mesmo quando não temos consciência deles. Chegamos afinal à análise do ato criativo em termos de uma indagação: esse encontro intenso é com o quê? Um encontro é sempre a aproximação de dois polos. O polo subjetivo é a pessoa consciente no ato criativo propriamente dito. Mas qual é o polo objetivo desse relacionamento dialético? É o encontro do artista ou do cientista com o seu mundo. Sob esse aspeto, os artistas genuínos estão de tal forma ligados à sua época que não conseguem comunicar-se fora dela. Sob esse aspeto, também, a situação histórica condiciona a criatividade. Pois a criatividade não atinge a consciência a nível superficial de objetivação intelectualizada; é um encontro com o mundo a nível que elimina definitivamente a separação entre objeto e sujeito (May, 1975).

Solso (2003), relata-nos aquele que diz ser o nível mais importante a ser atingido, embora todos os níveis sejam essenciais e interativos. Este nível não pode ser explicado, mas quando atingido não pode ser confundido. É a sabedoria intensa da arte, a sua beleza cativante, a sua filosofia penetrante. É o que faz contacto direto com os arquétipos biológicos dos cérebros de idade, todas as criaturas que somos. É o cabo primordial que nos une e é executado através de toda a humanidade. Este pode ocorrer em resposta a todos os tipos de arte. É como se a pintura nos entendesse, e nos estivesse a ler a mente. Na música, é como se esta estivesse a ser tocada para nós e não por nós. No atletismo, é como se a atividade física (como um mergulho ou um passo de dança perfeito) estivesse a controlar o nosso corpo, não nós. É um nível de conhecimento que desperta emoções profundas e pensamentos, e ainda é, em si inexplicável. Ela toca-nos.

## CAPÍTULO II METODOLOGIA

### *Objetivos do estudo*

Neste estudo pretende-se analisar a descrição da experiência do processo de criação artística de uma perspectiva fenomenológica. No fundo, conhecer e compreender de um ponto de vista individual e subjetivo, a criação artística.

Esta análise foi feita aos processos de criação artística de diferentes áreas das artes com o intuito de alcançar uma descrição final com os constituintes essenciais e invariáveis desta experiência subjetiva.

### *Participantes*

Por se tratar de um estudo fenomenológico descritivo, tal como afirma Langdrige (2007), o método ideal de amostragem é aquele que permitir ao investigador uma amostra mais variada. Isto é, procuram-se participantes que possuem uma experiência em comum, mas que variam vastamente nas suas características demográficas. Este princípio rege-se pela ideia de que com estas variações entre os participantes, tornar-se-á possível verificar os aspetos da experiência que são invariantes na sua perceção ou que, por outro lado, variam.

Como tal, este estudo possui uma amostra de 4 participantes, que foram selecionados tendo por base as atividades que praticam, com alguma frequência, ligadas a uma determinada área artística.

Três dos participantes são do género masculino e um é do género feminino, com idades compreendidas entre 23 e 37 anos. Os participantes moram nos concelhos de Corroios, Mafra, Barreiro e Lisboa e são todos solteiros. Quanto ao nível de escolaridade, um dos participantes possui o 12º ano, outro está a frequentar o ensino superior e os restantes possuem licenciatura. Apenas um trabalha na área das artes.

Segue-se uma breve descrição de cada um dos participantes, de acordo com as informações concedidas pelos mesmos:

P1 é um homem com 37 anos, solteiro, que reside em Corroios, possui o 12º ano de escolaridade e é professor de dança.

P2 é um homem com 23 anos, solteiro, que reside em Mafra, possui a Licenciatura e é estudante.

P3 é um homem com 23 anos, solteiro, que reside no Barreiro, e está atualmente a frequentar o ensino superior.

P4 é uma mulher com 25 anos, solteira, que reside em Lisboa, possui a Licenciatura e é colaboradora de loja.

### *Instrumentos*

Para a obtenção de uma descrição detalhada e tão completa quanto possível da experiência do processo de criação artística, os dados foram recolhidos através de depoimentos escritos diretos.

O tratamento dos dados foi efetuado a partir do método fenomenológico de Amadeo Giorgi.

### *Procedimentos*

Após selecionada a amostra, foi pedido aos participantes que elaborassem um texto no qual descrevessem a sua experiência relativamente ao processo de criação artística. Foi-lhes pedido que esta descrição contasse com o maior detalhe possível, incluindo os momentos antes de começar a criar, e os momentos após terminar a sua obra e que incluísse toda a informação que dissesse respeito aos seus pensamentos e sentimentos relativos à experiência, bem como detalhes concretos da mesma.

Devido à falta de disponibilidade por parte dos participantes para se encontrarem comigo pessoalmente, foi-lhes enviada, via e-mail, uma vinheta, que pode ser consultada no Anexo A, a descrever aquilo que era pretendido de forma detalhada, para que as pudessem executar e posteriormente enviar os dados obtidos, da mesma forma.

Após a recolha de descrições detalhadas e concretas das experiências dos sujeitos, os protocolos foram analisados segundo método fenomenológico de Giorgi de investigação em Psicologia.

### *Investigação Qualitativa*

Segundo Neves (1996), Pinto (2004) e Willig (2008), a investigação qualitativa vê a ciência, tendo por base a subjetividade humana, de uma forma particular num determinado contexto e que é construída dentro do fenómeno estudado. Um estudo qualitativo recolhe informação no seu estado natural. Abrange diferentes métodos e técnicas que permitem descrever e conhecer as componentes de um conjunto de significados. Esta pretende diminuir a redução dos dados recolhidos, ao contrário do que acontece no método quantitativo, no qual estes dados são codificados, sumarizados, categorizados, etc. Ou seja, não procura quantificar eventos, e por norma não utiliza instrumentos ou materiais estatísticos, como modo de análise de dados. Por outro lado, o objetivo é criar um registo das palavras e ações dos participantes, o que resulta normalmente em grandes volumes de dados, difíceis de gerir, daí este método trabalhar com amostras relativamente pequenas. No entanto, mesmo não sabendo quem ou quantas pessoas partilham de uma experiência particular semelhante ou igual, ao identificarmos uma estrutura de uma experiência, sabemos que esta está disponível numa determinada sociedade.

Face à flexibilidade e abertura existentes na sua metodologia, pode dar aso a questões acerca da sua validade. Apesar ser possível pôr em causa a validade deste método, os investigadores tendem a lidar com estes potenciais problemas de várias maneiras. Os métodos qualitativos de recolha de dados procuram certificar-se de que os participantes são livres de desafiar as assunções do investigador, referentes ao significado e relevância de conceitos e categorias, dentro do tema a ser estudado. Depois, muita da recolha destes dados dá-se num ambiente da vida real, não havendo assim, necessidade de extrapolar de um ambiente artificial, para o mundo real, logo há uma maior validade ecológica. Ainda, durante todo o processo de análise o investigador critica e avalia o seu próprio papel no estudo. Todas estas componentes contribuem para a validade do método (Günther, 2006; Willig, 2008).

Nestes estudos, segue-se uma ou mais questões de estudo, em vez de hipóteses. Ou seja, estes procuram uma resposta que contribua com descrições detalhadas e, se

possível, explicações acerca de um determinado fenômeno. Assim, guiam-nos numa direção sem qualquer tipo de previsões sobre aquilo que vamos encontrar. Boas perguntas para este tipo de métodos, questionam ou pretendem saber mais sobre como algo acontece (Willig, 2008).

### *Método Fenomenológico*

Uma vez que se pretende estudar a experiência do processo de criação artística, optou-se pela utilização do método fenomenológico por este permitir, que cada investigador possa analisar aquilo que surge à consciência, tal como surge a esta. Ou seja, o objetivo é analisar a descrição da experiência vivida na “atitude natural”, do senso comum. No entanto, permite-nos também, analisar reflexivamente o que surge no fluxo da consciência dos participantes. Não se teorizam explicações, nem existe uma procura extensa do porquê, foca-se na exploração daquilo que é. No fundo, a fenomenologia está interessada no mundo tal como ele é experienciado pelo sujeito dentro de contextos particulares. (Lyotard, 1954; Groenewald, 2004; Willig, 2008; Giorgi & Sousa, 2010).

O fenômeno é que dita o método, não ao contrário, e dita também os participantes e ainda, o investigador deve deixar a informação emergir naturalmente (Groenewald, 2004).

Para usarmos esta metodologia precisamos ter em consideração alguns pressupostos:

- Desenvolver a redução fenomenológica-psicológica, que considera o uso da *epoché*, ou seja a suspensão da atitude natural. No fundo, trata-se de não assumir qualquer tipo de posição em função do tema, uma suspensão de um ponto de vista pessoal e preconceituoso, por parte do investigador. (Groenewald, 2004; Willig, 2008; Giorgi & Sousa, 2010;)
- Procurar a essência do fenômeno, ou seja, a sua estrutura de significado psicológico, a síntese do sentido da experiência vivida, através do uso da análise eidética, a variação livre imaginativa. Ou seja, procura-se compreender mais sobre aquilo que se sabe, o fenômeno, aquilo que se vê e experiencia, partindo do nada, na busca do conhecimento, como se nenhum previamente existisse (Lyotard, 1954; Willig, 2008; Giorgi & Sousa, 2010).

- A síntese final de significado psicológico remete para uma generalização eidética dos resultados da investigação, na procura da *essência* do fenómeno (Willig, 2008; Giorgi & Sousa, 2010).

Isto vai ter como resultado final uma descrição, realizada pelo investigador, da estrutura psicológica essencial do fenómeno em estudo. Ou seja, “expressimos o que a experiência direta nos oferece, seguindo os motivos da experiência, inferimos o não experimentado a partir do diretamente experimentado (do percebido e do recordado), generalizamos, e logo de novo transferimos o conhecimento universal, para os casos singulares ou deduzimos no pensamento analítico, novas generalidades a partir de conhecimentos universais” (Husserl, 2014, p. 37).

### *Método Fenomenológico de Amadeo Giorgi*

Neste método, a palavra essencial é descrever. Pretende descrever de forma tão precisa quanto possível o fenómeno, mantendo-se fiel apenas aos factos. Apesar de se ter noção de que a interpretação pode ter um papel importante na maneira como as pessoas percebem e experienciam o mundo, o que se pretende é minimizar a interpretação tanto quanto possível e focar na pureza do fenómeno (Groenewald, 2004; Willig, 2008).

Como descrevem Giorgi e Sousa (2010), o método está dividido em quatro passos:

1. Estabelecer o Sentido Geral

Após a transcrição, o primeiro objetivo é apreender o sentido geral do protocolo. Ou seja, pretende-se apenas ler calmamente a transcrição completa da entrevista, não focando nem procurando partes fundamentais ou hipóteses interpretativas, visa apenas ter uma compreensão geral das descrições realizadas pelo sujeito para obter um sentido da experiência na sua globalidade (Landridge, 2007; Willig, 2008; Giorgi & Sousa, 2010).

2. Determinação das Partes: Divisão das Unidades de Significado

Aqui, relê-se o protocolo dividindo-o em partes mais pequenas, em unidades de significado, que permitem uma análise mais profunda. Esta leitura é feita dentro da atitude de redução fenomenológica, e mantendo uma perspetiva psicológica sobre o tema de estudo. O investigador coloca

uma marca no protocolo sempre que identificar uma mudança de sentido nas descrições do sujeito.

3. Transformação das Unidades de Significado em Expressões de Carácter Psicológico

Neste passo, a linguagem representativa da atitude natural dos sujeitos é transformada. Com a aplicação da redução fenomenológica-psicológica e da análise eidética a linguagem do senso comum é então transformada em expressões que pretendem clarificar e explicitar o significado psicológico das descrições dadas pelos sujeitos.

4. Determinação da Estrutura Geral de Significados Psicológicos

Por fim temos a análise do conjunto de unidades de significado, agora transformadas numa linguagem psicológica. Fazendo uso da variação livre imaginativa, transforma as unidades de significado numa estrutura descritiva geral. Aqui, devem-se ter em conta todos os dados, mas nem todas as unidades de significado têm igual valor. O importante é que a estrutura resultante expresse a rede essencial das relações entre as partes, de modo a que o significado psicológico total possa sobressair. O passo final do método envolve uma síntese das unidades de significado psicológico.

O resultado final de uma análise fenomenológica científica não se resume apenas à estrutura final, mas ao modo como esta se relaciona com as diferentes manifestações de uma identidade essencial.

### CAPÍTULO III

#### APRESENTAÇÃO E ANÁLISE DOS RESULTADOS

Seguindo o método de Giorgi, os resultados irão basear-se em duas vertentes principais. A primeira, trata-se das *Estruturas Gerais de Significados Psicológicos*, uma vez que emergiram duas estruturas da experiência, que reúnem a essência comum das experiências subjetivas dos quatro participantes, em relação ao tema em estudo. E a segunda vertente incide na descrição e análise das componentes invariantes de cada estrutura, denominados *Constituintes Essenciais* da experiência, bem como as respectivas *Variações Empíricas*.

Os depoimentos escritos diretos de cada participante e a transformação das unidades de significado em expressões de carácter psicológico de acordo com os quatro passos do método fenomenológico de Giorgi, podem ser consultadas nos Anexos B, C, D, E, F, G, H e I respetivamente.

#### *Descrição da Estrutura Geral de Significado A - Participantes 1,2 e 3*

Para estes participantes existem estímulos que precedem o ato criativo e que motivam o mesmo, usualmente conhecidos como a fonte de inspiração de um artista. Estes estímulos podem ser externos, tratando-se de objetos, pessoas ou situações, ou podem ser internos, recorrendo ao imaginário. Por existirem num número infinito de possibilidades, também a criação se encontra dentro deste espectro, uma vez que influenciam todo o processo.

Com base nestes estímulos, os artistas dão início ao seu processo de criação numa estratégia de tentativa e erro, que visa a adaptação entre aquilo que os motiva, a sua ideia, e as suas capacidades e competências técnicas. No fundo, procuram a maneira

mais adequada de materializar aquilo que pretendem transmitir, uma vez que utilizam a arte para expressar sentimentos e emoções. Esta função expressiva da criação encontra-se muito assente nos seus discursos, sendo considerada uma das principais características do processo, e uma necessidade por parte do artista. A expressão é vista, de um ponto de vista comunicativo, na medida em que transmite ao outro, algum sentimento ou emoção.

Nesta fase, existe também uma procura de conhecimentos complementares, ou seja, os participantes buscam melhorar as suas competências técnicas, para que isso se reflita nas suas obras. Mostram vontade de melhorar e enriquecer a sua atividade, e procedem à pesquisa de mais informação para esse efeito. Ao longo do processo surgem obstáculos e como tal existem alguns sentimentos de frustração. Estes podem dar origem a alguma desmotivação, mas o que se verifica de maneira mais relevante, é o facto de os sujeitos encontrarem espontaneamente estratégias uteis para superar esta frustração.

Fora estes momentos, durante todo o processo referem estar concentrados, focados e há um sentimento de cabeça limpa, perdendo a noção do tempo e do espaço que os rodeia. Há uma calma, por não haver espaço para pensamentos intrusivos ou conflitos. No fundo, parece haver um distanciamento da realidade, momentânea. Este distanciamento liga-se a emoções positivas ao longo do processo, e ao terminar a sua obra, o artista demonstra sentimentos de grande satisfação, alegria, cumprimento de objetivos e de realização pessoal. Por fim, investem sempre na exposição da sua obra a outros, de forma a receberem algum feedback, negativo ou positivo, ambos motivando os sujeitos a repetir a experiência de criar.

#### *Descrição da Estrutura Geral de Significado B - Participante 4*

Para este participante, existem estímulos precedentes ao ato criativo que motivam o mesmo. Estes estímulos são externos, tratando-se de objetos, pessoas ou situações que o sujeito vê, que vão influenciar todo o processo. Depois, vai haver uma imaginação da obra, quase como uma pré-visualização mental do produto final. Aquele estímulo anterior, vai ser visualizado e transformado imaginariamente, de modo a ser posteriormente materializado.

Existe uma procura de conhecimentos complementares, tendo já investigado acerca do instrumento que utiliza normalmente ao criar, até porque irá contribuir para a compreensão e dinâmica da sua arte, obrigando-o a ser paciente no seu investimento para a perfeição da obra. Ainda, há referência da importância do belo para a criação, sendo algo que leva a que esta aconteça.

Aquando da criação, esta possui uma propriedade de transporte para outra realidade, na medida em que a obra detém a capacidade de reenviar para um determinado momento em específico, com todos os pensamentos e emoções que esse engloba. E é exatamente por esta característica que, não há arrependimento, estando uma vez a obra terminada.

#### *Constituintes Essenciais da Estrutura Geral de Significados A e Variações Empíricas*

Os constituintes essenciais da estrutura A são representativos, dos significados invariantes que emergiram face à experiência do processo de criação artística, dos participantes 1, 2 e 3. Identificaram-se nove constituintes essenciais nesta estrutura geral de significado: *Estímulos Precedentes à Criação; Procura de Conhecimentos Complementares; Experimentação Através da Tentativa e Erro; Sentimentos de Frustração; Utilização de Estratégias para Superar a Frustração; Distanciamento da Realidade; Sentimentos de Satisfação; Expressão Através da Criação; Exposição da Obra.*

Segue-se a análise destes constituintes essenciais, bem como das suas variações empíricas exemplificadas através de citações mais significativas dos participantes.

#### *Estímulos Precedentes à Criação*

A experiência da criação artística nestes três participantes está associada, num primeiro momento, à existência de estímulos que precedem o ato criativo em si. Estes estímulos levam o sujeito à criação e possuem influência sobre o processo.

O Participante 1 (P1) comenta algumas características necessárias para que este estímulo, que para o sujeito é a música a ser coreografada, deve possuir para o levar a criar:

*“Essa música tem que transmitir algo como sentimento, vontade de a dançar, alegria, motivação!”.*

O Participante 2 (P2) enumera os diferentes estímulos que o motivam a criar, mostrando que estes podem ser exteriores ao sujeito, ou derivados do próprio, acrescentando ainda, que possuem influencia sobre o processo de criação:

*“Antes de começar a criar, são vários os estímulos, digamos assim, que me predis põem a ter vontade de criar uma música. Pode ser, porque ouvi uma música e quero tentar reproduzi-la, por ouvido, ou porque me sinto de uma determinada maneira e isso motiva-me a querer criar uma música, ou por algo que quero fazer com a música, como seja a apresentação de um trabalho ou a exposição de alguma ideia de cunho filosófico/interventivo.”.*

O Participante 3 (P3) menciona uma fase prévia de inspiração, que surge face a estímulos, principalmente, exteriores ao sujeito:

*“Os momentos antes de começar a criar algo em concreto passam nomeadamente pela fase da tal “inspiração” que poderá ser um estado mais ou menos constante. (...) O que é que me suscita a tal “inspiração”? Bem, existe um leque quase infinito de possibilidades que me possam inspirar de modo a criar algo. Nomeadamente, moda, jogos, uma pessoa num autocarro, uma peça de roupa, uma flor, uma cor, etc...”.*

### *Procura de Conhecimentos Complementares*

À experiência do processo de criação artística estão inerentes determinadas competências e capacidades a nível técnico, que para estes três participantes devem ser complementadas pela procura de mais informação e conhecimentos, de forma a, afirmar, valorizar e melhorar as suas obras.

P1 explica que procura mais informação e conhecimentos, não só na sua área, mas também noutras, de maneira a contribuir para as suas capacidades técnicas, e consequentemente a sua obra:

*"Faço pesquisa noutras áreas que não a minha, para poder enriquecer mais o meu estilo."*

Com base nas suas tentativas de aproximação ao que pretende criar, P2 procura informação confirmatória, para além daquela que já possui:

*"Como a procura de informações que me permitam confirmar essas aproximações"*

Uma vez que não tem formação profissional na sua área das artes, P3 procura de forma autónoma, novas competências e técnicas que possam enriquecer e melhorar as suas capacidades:

*"No entanto procurei algumas fontes e modos de proceder através da Internet, nomeadamente manuais e tutoriais online."*

### *Experimentação Através da Tentativa e Erro*

Uma vez que a criação está sujeita à possibilidade de o indivíduo errar ou falhar, estrategicamente, os participantes aceitam essa vertente do processo e adotam-na como metodologia.

Aquando de algum tipo de bloqueio na criação, P1 faz uma pausa naquele pedaço da sua obra, continuando com outros e mais tarde procura, por tentativas, aquilo que preenche, de forma adequada, o pedaço da sua obra que estava por completar:

*"Então optamos por passar para outro bloco da música e continuamos a criar mas sem descorar o que já foi feito até então, mais tarde ou mais cedo arranjamos um movimento que preencha aquilo que faltava para continuar!"*

P2 explica que o foco está na tentativa e erro, por entregar também uma parte de si próprio nesta experimentação, e que esta que se verifica sobretudo a nível técnico:

*"O foco é aproximação por tentativa e erro (...) há sempre uma dimensão, na tentativa-erro, que é uma projeção de uma parte de mim no plano musical (...)"*

*e, depois, como me entusiasmo, procuro ver até onde é que vai, desde a experimentação rítmica, até a forma como as cordas da guitarra são tocadas.”*

P3 mostra que, vai tentando ajustar a sua ideia prévia àquilo que reproduz, fazendo correções quando necessário:

*“Por vezes, tenho tendência a usar um traço muito sujo de maneira a “corrigir” as linhas que deteto que estão incorretas ou as formas não estão com as proporções como gostaria que tivessem (...) Em suma, começo sempre por criar uma espécie de esqueleto que vou dando forma consoante aquilo que visualizo ou então consoante a maneira que “está a ficar” no papel de maneira a ficar agradável, do meu ponto de vista.”*

### *Sentimentos de Frustração*

Na mesma lógica, tendo em conta que o processo criação está predisposto ao erro, obstáculos e à dissonância entre aquilo que se esperava e aquilo que se obtém, verificam-se sentimentos de frustração.

Face a alguns obstáculos difíceis de ultrapassar, P1 mostra-se frustrado:

*"Porque encontramos algumas barreiras e a inspiração não é muita e ficamos bloqueados, aí a frustração é muita"*

Adentrando a estratégia de tentativa e erro, P2 mostra alguma frustração quando não alcança aquilo que pretendia:

*“O foco é aproximação por tentativa e erro bem como a procura de informações que me permitam confirmar essas aproximações, o que me faz sentir por vezes ou frustrado quando é muito ao lado”.*

P3 tende a ficar frustrado quando a sua obra terminada, não corresponde exatamente àquilo que teria inicialmente imaginado:

*“Costumo fazer muitos rascunhos e tenho uma tendência geral para deixar muitos trabalhos inacabados mas geralmente mais “finalizados” ou não, a obra final nunca está de acordo com a visualização inicial. O facto de isto acontecer já funcionou muitas vezes como uma desmotivação, por fazer-me sentir um*

*pouco frustrado com o meu trabalho, isto de não conseguir transmitir para o papel exatamente o que vejo na minha cabeça.”.*

### *Utilização de Estratégias para Superar a Frustração*

Ao confrontar-se com estes sentimentos de frustração, os participantes espontaneamente procuram estratégias que os ajudem a ultrapassá-los, que aparentam ser uteis.

P1 quando deparado com obstáculos à sua criação, e conseqüentemente com sentimentos de frustração, acaba por dividir o seu trabalho em partes, de maneira a simplificar o processo e como tal a ultrapassar esse tipo de sentimentos:

*"Procuo dividir a música em várias partes, facilita-me bastante quando estou a criar".*

Face à frustração P2 muda de estratégia na sua atividade, de modo a ultrapassá-la:

*"Daí que, por vezes, quando estou a reproduzir, crie musicas porque fico farto de estar a tentar chegar, por ouvido, a uma determinada música.".*

P3 mostra que aprendeu a manter uma postura mais relaxada, que acaba por contribuir no processo positivamente, bem como na maneira como ele se sente após terminado, lutando também contra a frustração:

*"Aprendi recentemente a “soltar o traço” e deixar-me ir no próprio processo, com mente aberta e relaxada, acabando por aceitar melhor qualquer resultado que “saia” no papel".*

### *Distanciamento da Realidade*

Durante o processo de criação artística, os participantes experienciam um afastamento daquilo que os rodeia, como o tempo, o espaço, e até dos seus próprios pensamentos ou conflitos.

P1, ao apresentar a sua criação descreve um distanciamento da realidade, de um ponto de vista em que é apenas ele no mundo:

*“Depois de começar a dançar tudo desaparece”.*

P2 mostra uma perda de noção do tempo, e daquilo que o rodeia, durante a criação:

*"E, enquanto vou fazendo isso, esqueço-me do tempo, das minhas atividades em geral, dos conflitos que possam decorrer no momento, enfim, não dou pelo tempo passar".*

P3 sente-se calmo e concentrado ao longo do processo de criação, com a sensação de “cabeça-limpa”, representando um distanciamento da realidade:

*"Durante todo este processo sinto-me relativamente calmo e concentrado no que estou a fazer e de “cabeça limpa”, não sei descrever de outra forma. Ou seja, não tenho grandes episódios de pensamentos intrusivos"*

### *Sentimentos de Satisfação*

Ao longo do processo de criação e mesmo após terminado, os participantes dizem experienciar sentimentos positivos, de satisfação e realização pessoal.

Ao ir adaptando a sua ideia aos instrumentos que possui, durante a criação, P1 demonstra sentimentos positivos e de satisfação:

*"A sensação de quando os movimentos ficam na música é bastante agradável".*

P2, refere-se em especial ao momento após o término da obra, no qual sente que alcançou alguma realização pessoal e grandes sentimentos de satisfação:

*"É das melhores sensações. Acho que mais do que um sentido de missão cumprida, há a sensação de cumprimento pessoal, ou, de outro modo, de realização pessoal."*

Também relativo ao momento após terminada a obra, P3 menciona sentimentos de satisfação e alegria:

*"Sentimento de satisfação, e talvez de alegria, de criar algo".*

### *Expressão Através da Criação*

A criação apresenta para os participantes, uma componente expressiva podendo ser em termos de expressar alguma emoção que se conhece ou que se sente, perante o outro, num sentido comunicativo.

P1 pretende expressar determinados sentimentos e emoções, de maneira a transmiti-los para o público que observa a sua obra:

*"Tento sempre provocar vários tipos de sentimento para quem assiste tipo: espanto, alegria, emoção, adrenalina!"*.

Quando existem emoções ou sentimentos que P2 sente necessidade de comunicar de alguma forma, de pôr fora de si, procura essa expressão na sua arte:

*"Ou então, quando estou muito alegre e quero fazer algo que o denote, e que também é mais rítmico, acabo por procurar essa expressão junto da música."*

P3 atribui à sua criação a capacidade de transmitir coisas que ele sente, mas que não consegue comunicar, e que isto se manifesta a nível prático e técnico na sua obra, no fundo, esta representa-o:

*"Mas no entanto que consegue transmitir muitas vezes, certas coisas que não consigo verbalizar. Na minha opinião, no meu caso isto aplica-se no traço, nas diferenças de pressão, se é mais sujo, se é mais limpo. De certa maneira é como se fosse um espelho."*

### *Exposição da Obra*

Aparenta existir uma componente da criação que incide na exposição da obra, ao outro, de modo a obter algum parecer acerca desta e também reconhecimento. Visa também, com os comentários exteriores que possam surgir, a possibilidade de reconhecer potenciais melhorias.

P1 busca a aprovação do público perante a sua criação, logo pretende que a sua obra seja exposta de modo a poder obter este feedback:

*"Agora só falta a parte final que é a aprovação do público"*.

P2 procura sempre expor a sua criação a pelo menos uma pessoa:

*"Todo o ato musical criativo meu é exposto, no mínimo a uma pessoa."*

P3 pretende, expondo a sua obra aos outros, receber alguma crítica e opinião externa, com o intuito de poder aplicar e melhorar alguns aspetos da sua criação de futuro:

*"Peço opiniões de amigos e conhecidos muitas vezes, de maneira a receber alguma crítica externa que não seja apenas a minha de modo a poder averiguar melhor certos aspetos a melhorar."*

Tabela 1. Análise dos Constituintes Essenciais e das Variações Empíricas da Estrutura A

<b>Constituintes Essenciais</b>	<b>Variações Empíricas</b>		
	P1	P2	P3
<i>Estímulos Precedentes à Criação</i>	Necessidade do estímulo possuir determinadas características.	Existência de diversos estímulos que o levam a criar.	Fase de inspiração face a estímulos a que se encontra sujeito.
<i>Procura de Conhecimentos Complementares</i>	Procura enriquecer a sua obra pesquisando também noutras áreas.	Procura informação confirmatória com base nas suas tentativas de aproximação ao que quer criar.	Procura de novas técnicas através de meios acessíveis como a internet.
<i>Experimentação Através da Tentativa e Erro</i>	Preenche a sua obra tentando diferentes movimentos.	Procede à tentativa sobretudo a nível técnico.	Vai ajustando aquilo que cria ao que pretendia criar através de tentativas e correções.
<i>Sentimentos de Frustração</i>	Frustração face a bloqueios e obstáculos.	Frustração por não alcançar o que pretendia.	Frustração por a obra não corresponder à ideia inicial.
<i>Utilização de Estratégias para</i>	Divisão na criação da obra, face a	Procede a outra estratégia de criação	Alteração de postura face à criação e obra.

<i>Superar a Frustração</i>	obstáculos.	quando não resulta a que está a ser utilizada.	
<i>Distanciamento da Realidade</i>	Sensação de que tudo para além do sujeito desaparece.	Perda da noção do tempo e do que o rodeia.	Sensação de calma, concentração e uma experiência de “cabeça-limpa”.
<i>Sentimentos de Satisfação</i>	Quando a obra vai ganhando forma.	Em especial quando a obra está terminada, sentimentos de realização pessoal.	Quando termina a obra, pelo simples facto de criar.
<i>Expressão Através da Criação</i>	Transmitir ao público determinado sentimento e emoção.	Comunicar algo que esteja a sentir ou que queira sentir.	Obra transmite o que o sujeito não consegue verbalizar.
<i>Exposição da Obra</i>	Procurando a aprovação do público.	Faz por expô-la sua obra a pelo menos uma pessoa.	Procura receber alguma crítica construtiva que possa aplicar de futuro.

#### *Constituintes Essenciais da Estrutura Geral de Significados B e Variações Empíricas*

Os constituintes essenciais da estrutura B são representativos, dos significados mais significativos que emergiram face à experiência do processo de criação artística, do participante 4. Identificaram-se seis constituintes essenciais nesta estrutura geral de significado: *Estímulos Precedentes à Criação; Pré-visualização Imaginária da Obra; Procura de Conhecimentos Complementares, Transporte para Outra Realidade; Importância do Belo; Investimento na Perfeição da Obra.*

Segue-se a análise destes constituintes essenciais, bem como exemplos empíricos através de citações do participante.

### *Estímulos Precedentes à Criação*

A experiência do processo de criação dá-se início, através da prevalência de estímulos precedentes ao ato criativo, que agem com um intuito organizador da mente, bem como da memória. Para o Participante 4 (P4), a sua motivação para criar instala-se em estímulos exteriores ao sujeito, que ele quer recordar mais tarde.

*“Desde que me recordo tento escrever ou arranjar ou outro qualquer mecanismo, para não me esquecer de algum momento, situação ou mesmo um sentimento que, numa pequena fração de segundos, fez alguma diferença no meu sentir. Tentar reter na memória uma pequena partícula que me voltasse a colocar naquele sítio, àquela hora. Desde que comecei a tentar, sozinha, entender a magia do analógico percebi que algumas coisas merecem uma segunda oportunidade de um olhar. (...) Observo o cenário, as pessoas, as coisas, as cores, as luzes e clico.”*

### *Pré-visualização Imaginária da Obra*

A experiência da criação artística, do P4, inclui um momento prévio à materialização, no qual emerge uma ideia daquilo que se pretende obter, e onde se visualiza de forma imaginária o produto esperado.

*"Seja algo material, ou não, começo inevitavelmente a tentar recriar na minha cabeça um cenário paralelo onde quero encaixar o que vejo."*

### *Procura de Conhecimentos Complementares*

À luz da experiência da criação artística, P4 mostra ter procurado mais informar-se acerca dos materiais que tende a utilizar:

*“Desde que comecei a tentar, sozinha, entender a magia do analógico percebi que algumas coisas merecem uma segunda oportunidade de um olhar.”*

### *Transporte para Outra Realidade*

P4 fala-nos da propriedade que a sua criação possui, de transportar para outra realidade, para um outro determinado lugar, num momento específico:

*“Tentar reter na memória uma pequena partícula que me voltasse a colocar naquele sítio, àquela hora. A fotografia ajuda-me nesse sentido. Posso dar-me àquele pequeno luxo de esquecer e, ao olhar para uma fotografia, ser automaticamente transportada para aquele momento (mais uma vez, nem que seja por uma fração de segundos).”*

### *Importância do Belo*

Uma das motivações de P4 para criar é, também, a propagação do belo:

*“Não o faço apenas por essa razão, obviamente, mas também por amor a tudo que é visualmente belo.”*

### *Investimento na Perfeição da Obra.*

P4 procura não a perfeição da obra, mas a perfeição em determinados momentos da criação, num sentido que busca alcançar a obra que foi imaginada anteriormente:

*“Obriga a que seja precisa e a que seja paciente até encontrar o momento perfeito.”*

### *Constituintes Essenciais da Estrutura Geral de Significados A e B e Variações Empíricas*

Os constituintes essenciais da estrutura A e B são representativos, dos significados invariantes que emergiram face à experiência do processo de criação artística, dos participantes 1, 2, 3 e 4. Identificaram-se dois constituintes essenciais nesta estrutura geral de significado: *Estímulos Precedentes à Criação; Procura de Conhecimentos Complementares.*

Segue-se a análise destes constituintes essenciais, e por já terem sido elucidadas as variações existentes entre participantes, irá ser apresentada uma tabela que pretende rever e resumir o que foi exposto anteriormente.

### *Estímulos Precedentes à Criação*

Ligado à experiência do processo de criação artística, todos os participantes mencionam a existência de estímulos conducentes à criação, passíveis de serem exteriores ao sujeito, ou provenientes do mesmo, de um fundo imaginário. Estes estímulos mostram-se bastante relevantes para os participantes, e consequentemente para o processo uma vez que estão na base deste, e guiam os sujeitos ao mesmo.

Tabela 2. Variações Empíricas dos Participantes referente aos Estímulos Precedentes à Criação

<i>Estímulos</i>	P1	P2	P3	P4
<i>Precedentes à Criação</i>	Necessidade do estímulo possuir determinadas características.	Existência de diversos estímulos que o levam a criar.	Fase de inspiração face a estímulos a que se encontra sujeito.	Existência de estímulos que pretende recordar mais tarde.

### *Procura de Conhecimentos Complementares*

Face à experiência do processo de criação artística, verifica-se que todos os participantes procuram mais informação e conhecimentos de cariz técnico. Esta procura visa essencialmente enriquecer e melhorar as suas capacidades e competências artísticas, que irão refletir nas suas obras.

Tabela 3. Variações Empíricas dos Participantes referente à Procura de Conhecimentos Complementares

<i>Procura de</i>	P1	P2	P3	P4

<i>Conhecimentos Complementares</i>	Procura enriquecer a sua obra pesquisando também noutras áreas.	Procura informação confirmatória com base nas suas tentativas de aproximação ao que quer criar.	Procura de novas técnicas através de meios acessíveis como a internet.	Procura de mais informação acerca dos materiais que utiliza.
-------------------------------------	---	---	--	--

#### CAPÍTULO IV DISCUSSÃO DOS RESULTADOS

Aqui, pretende-se clarificar e compreender de que forma as estruturas do significado comum da experiência do processo de criação artística, interagem com a literatura. No final deste capítulo, demonstra-se através de várias figuras, ilustrações que clarifiquem a relação dos constituintes essenciais da experiência das diferentes estruturas encontradas.

Ainda, é exposta uma possível conclusão do estudo, bem como as limitações e potencialidades do mesmo e sugestões para estudos futuros.

##### *Diálogo com a Literatura*

Quanto à estrutura A, o primeiro constituinte essencial – *estímulos precedentes à criação* – mostra que a experiência do processo de criação começa antes da própria criação em si, ou seja, antes da materialização da obra. Podemos falar destes estímulos como os propulsores da criação, na medida em que são necessários para que esta aconteça, pois a arte depende do impulso criativo, e representa-se face a ele. Aparentam surgir aleatoriamente ao sujeito, podendo ser situações externas ou internas ao mesmo, levando a um leque de possibilidades inéditas da criação, que vão ser representadas como novos símbolos sob a forma de imagem, seja esta poética, auditiva, plástica ou

dramática, conforme o caso. Faz então sentido dizer que o artista envolve o mundo, reinterpretando-o, para o manifestar depois (May, 1975; Gonçalves, 2000; Paín, 2009). May (1975), refere também a natureza de encontro que se verifica no ato criativo, que se adequa ao contacto com estes estímulos, uma vez que diz ocorrer quando o artista encontra aquilo que quer representar. Talvez esteja aqui revelado, aquilo que muitas vezes é descrito como a inspiração do artista, tal como menciona Weber (1972), uma vez que certo estímulo ao entrar em contacto com o sujeito leva-o a criar determinada obra. No fundo, geram a necessidade da criação, uma vez que a obra de arte em vez de possuir uma finalidade objetiva, surge face a uma causalidade subjetiva, em função de uma necessidade que o artista sentia. Pois, resulta da relação entre aquilo que o estímulo é, e aquilo que lhes é transmitido por este, pelas sensações (Weber, 1972; Merleau-Ponty, 1962; Solso, 2003; Nóbrega, 2008).

Face a esta necessidade de criar, somos dirigidos para o próximo constituinte essencial – *procura de conhecimentos complementares* – que retrata a procura, por parte dos artistas, de maior nível de conhecimentos técnicos e competências. Os sujeitos, possuem já, determinadas competências e conhecimentos que os permitem criar, mas procuram por mais informação que possibilite uma melhoria, enriquecimento e reforço de determinadas competências necessárias ao ato criativo. Esta procura surge espontaneamente por parte do artista, o que demonstra vontade de aprender e explorar novos meios na criação, dentro da sua arte. Tal como afirma a literatura de Maheirie (2003) e Vygotsky (2012), é necessária a obtenção de conhecimentos produzidos reflexivamente.

Contudo, é um processo passível de erros, a experiência de criação passa por uma estratégia funcional de tentativa e erro, levando-nos ao constituinte essencial seguinte – *experimentação através da tentativa e erro*. Funcional porque permite ir adaptando a ideia, que surgiu face aos estímulos precedentes, àquilo que as competências do sujeito permitem executar. Ou seja, uma constante tentativa de adequar a sua ideia, à sua materialização, tal como Gonçalves (2000) e Paín (2009) explicam ao dizer que existe uma interação entre o conhecimento qualitativo do sujeito e o seu saber técnico, que visam tornar as suas qualidades perceptíveis, isto é, o conteúdo ganha forma para ser dito e a forma é esse corpo que quer dar a sua essência – libertação da ideia. Na prática, vão experimentando e caso seja necessário, corrigir os erros que possam surgir, de acordo com o que pretendem.

Dado que podem surgir erros, ou outro tipo de obstáculos à criação, é compreensível que surjam alguns *sentimentos de frustração*. Vygotsky (2012) defende que a criação pode igualmente estar associada ao sofrimento. Estes sentimentos de frustração parecem surgir por diferentes motivos, nomeadamente, por muitas vezes a obra em si não corresponder à ideia que surgiu anteriormente e que se queria transpor para o material. Por outras palavras, frequentemente, a obra não é exatamente como seria esperado, não obstante, não impede o processo de continuar. Este tipo de sentimentos pode surgir quando a estratégia de tentativa e erro que é utilizada, não está a ser produtiva.

Curiosamente, os sujeitos procuram estratégias para lidar com estes sentimentos de frustração espontaneamente – *utilização de estratégias para superar a frustração* - e as estratégias que encontram mostram-se uteis. Podemos então afirmar que este processo se fundamenta num confronto constante com certo tipo de conflitos e a procura e resolução dos mesmos. Não sabemos afirmar porém, se o artista possui de facto uma boa capacidade de resolução de conflitos no geral, ou se esta competência surge em no âmbito da arte. Algumas estratégias utilizadas passam por uma mudança de postura, experimentando uma mentalidade mais aberta, de forma a aceitar os conflitos que possam surgir e aprender com eles. Assim, o sujeito descobre-se a ele próprio, na criação (Solso, 2003; Eisner, 2007; Nóbrega, 2008). Por outro lado, mostram recorrer a um desvio do foco para outro ponto da criação, voltando mais tarde a concentrar-se no problema. Bilbao (2006), reforça esta ideia a dizer que na arte encontramos processos psicológicos de transformação, nos quais as experiências negativas tornam-se experiências positivas.

Ao longo do processo de criação artística, os sujeitos experienciam um modo diferente de sentir a realidade – *distanciamento da realidade*. Por exemplo, mencionam o facto de perderem a noção do tempo, bem como uma ausência de pensamentos intrusivos ou conflitos. No fundo, perdem noção daquilo que os rodeia, logo há um distanciamento da realidade, sem se afastarem de facto desta. Ou seja, é quase como se se vissem numa outra realidade, dentro daquilo que é real, não sendo necessariamente uma fuga à mesma. “Esse momento pode ser tão intenso que o artista esquece o seu próprio corpo e suas doenças para entrar na virtualidade” (Paín, 2009, p. 88). Pode-se pôr a hipótese de que a comparação que Freud faz entre as artes e os sedativos, e ópios, no sentido da consolação, tem um fundo enquadrado com esta experiência, por levar o

artista num afastamento do mundo que o rodeia (Didier-Weill, 1997; Bilbao, 2006). Também May (1975), fala-nos deste momento, no qual o artista se encontra absorvido, experienciando arrebatamento, envolvimento completo, enquanto cria, denominando-o de êxtase, que surge no seu sentido etimológico de “extasis”, “ficar fora de”. Neumann (1959), reforça que é o poder criativo inconsciente que se apodera do indivíduo, como uma força autónoma de um impulso instintivo e toma posse dele sem qualquer tipo de consideração para com o próprio, a sua vida, felicidade ou saúde.

Associada à experiência de criação artística encontramos, também, momentos de satisfação – *sentimentos de satisfação* – que pode surgir por diferentes motivos. Um desses foca-se na conclusão de um ou vários objetivos, ou simplesmente pelo facto de terem criado algo externo a eles próprios, mas no qual estão incluídos. O participante 3 refere ainda, que associa a esta experiência funções terapêuticas, uma vez que o ajuda a lidar com determinadas vivências emocionais. Estes sentimentos de satisfação podem estar associados a uma procura e obtenção de realização pessoal. Este facto vai de encontro à literatura, como defendem May (1975) e Vygotsky (2012), pois qualquer que seja a nossa atividade, há sempre uma satisfação profunda em saber que contribuímos para a construção de um novo mundo, algo que o primeiro descreve como coragem criativa. Num entanto, segundo o mesmo autor, somos capazes de olhar para a dualidade da criação, no sentido em que, a participação no ato criativo, traz uma sensação de alegria, mas também traz ao artista a noção das suas limitações, que se enquadra com o que foi anteriormente referido quanto à frustração.

Ainda ligada à experiência da criação, está uma função expressiva da mesma – *expressão através da criação*. Na qual, os sujeitos criam com o intuito de expressar algo. Esta expressão pode ter como objetivo impactar o outro, de comunicar o modo como o sujeito se sente ou pensa, ou até, de forma a expressar por outros meios, algo que o sujeito não consegue comunicar verbalmente, tal como Natalie Rogers afirma, a arte é uma linguagem (Sommers-Flanagan, 2007), pois por vezes usar a arte mostra-se muito mais eficaz que usar palavras para lidar com certas emoções (Arnheim, 1999; Solso, 2003; Eisner, 2007; Paín, 2009; Vygotsky, 2012; Carroll, 2015). Também, Gonçalves (2000), mostra a relação com os estímulos precedentes ao afirmar que a expressão é um reflexo de um estímulo sensorial. P1 mostra a função expressiva da criação em função dos estímulos que precedem o processo. Talvez isto derive do facto do instrumento, através do qual P1 cria, ser o seu corpo, sendo coreógrafo, movendo-se

em função de uma música que é por sua vez o estímulo que precede à criação. Merleau-Ponty (1962) demonstra-nos isto ao reforçar que a percepção externa é sinónimo de uma certa percepção do corpo, e como tal, cada percepção do corpo é explicitado na linguagem da percepção externa.

Por fim, é relevante mencionar que faz parte da experiência dos sujeitos expor a obra – *exposição da obra* - a outros indivíduos, com o intuito, não só de serem reconhecidos mas também de obterem críticas construtivas sobre a sua obra, no fundo para receberem algum tipo de feedback. Tal como Reis (2008) nos explica, todo o artista pretende saber aquilo que a sua obra expressa, logo a criação não é algo desligado do outro.

Quanto à estrutura B, o primeiro constituinte essencial diz respeito aos *estímulos precedentes à criação*, que nestes caso aparentam ser apenas estímulos exteriores ao sujeito. A existência destes estímulos vai de encontro à literatura, como podemos ver nas investigações de Weber (1972), May (1975) e Paín (2009). No caso do participante 4, estes estímulos externos levam o sujeito a querer retê-los, através da sua criação, ou seja, é possível associar os estímulos à memória do artista, na medida em que de algum modo marcaram-no e este pretende guardar uma recordação dos mesmos.

Ao entrar em contacto com estes estímulos, o sujeito cria, paralela e imaginariamente, uma imagem para a sua obra, o que nos leva ao constituinte essencial seguinte – *pré-visualização imaginária da obra*. Procuram um cenário alternativo, de forma imaginária, explorando-o e tentando reproduzi-lo. Estes dados vão de encontro à literatura tal como nos mostra May (1975), ao dizer-nos que a imaginação trata-se da extrapolação da mente, e da capacidade que o sujeito possui de aceitar as imagens, ideias e impulsos que lhe chegam à consciência.

Verifica-se também, a procura de conhecimentos – *procura de conhecimentos complementares* – que complementem o processo. Neste caso, a procura destes conhecimentos funciona mais ao nível de conhecer o material que utiliza como mediador no processo, e menos como um instrumento. Relacionado com a motivação do sujeito em manter determinadas memórias, vem a capacidade da obra, de transportar o sujeito para aquele momento em específico – *transporte para outra realidade*. Foca-se na capacidade que a criação tem de reenviar o sujeito para aquela situação específica,

bem como trazer à superfície os pensamentos, emoções e sentimentos que estão relacionados com esta.

Neumann (1959), defende que a função criativa do inconsciente, que produz as suas formas espontaneamente, de uma maneira análoga à natureza, cria da mesma maneira, formas suscetíveis de impressionar o homem através do belo. Aqui, outra das motivações que levam à criação, é a relevância do belo – *propagar o belo* – num sentido em que o artista procura-o, e pretende partilhá-lo. E pretendendo alcançá-lo, é necessário um modo quase perfeito de o fazer – *investimento na perfeição da obra*. Este investimento na perfeição, não se tratar tanto de alcançar aquilo que é perfeito aos olhos da sociedade, mas sim aos olhos do próprio artista. Aqui, faz sentido mencionar o ponto de vista de May (1975), como uma hipótese. O autor acredita que os homens produzem a arte, a ciência e outros aspetos da cultura para compensar as suas imperfeições.

No que diz respeito a ambas as estruturas, o primeiro constituinte essencial é comum – *estímulos precedentes à criação* – mas manifesta-se de formas relativamente distintas. Estes estímulos, no geral, podem surgir tanto de situações externas, como internas ao sujeito. E possuem a capacidade de levar o sujeito à criação, elaborando-os e explorando-os, permitindo infinitas possibilidades à mesma, e conseqüentemente aos seus resultados. No participante 4, estes estímulos levam à *pré-visualização imaginária da obra*, que, é importante referir, apesar de não ser um constituinte essencial na estrutura A, verifica-se em dois dos três participantes. Tanto P1, como P3, procedem a uma pré-visualização daquilo que pretendem alcançar enquanto obra. Põe-se a hipótese de, por serem áreas que recorrem aos sentidos visuais do corpo físico, quando terminadas, levem os sujeitos ao uso também da visão, ainda que imaginária, durante a criação. Paín (2009), reforça que na atividade do artista prevalece a representação, em alternância com a imaginação.

Para além deste constituinte essencial comum a ambas estruturas, também se verifica a *procura de conhecimentos complementares*, face à experiência do processo de criação artística. Esta procura tem um intuito, de modo geral, de contribuir para a obra, permitindo melhorar e enriquecê-la. Por consequência, leva a um aperfeiçoamento das competências e capacidades do artista, logo a um desenvolvimento pessoal do mesmo.

Para além dos constituintes essenciais comuns a ambas as estruturas, é relevante abordar alguns constituintes essenciais de ambos que se encontram, de alguma forma, em relação.

P1 e P2 reforçam a ideia da repetição no seu processo de criação artística. Este facto pode ocorrer, porque independentemente de serem duas áreas distintas, em ambas a obra consiste na execução de determinados movimentos físicos. Portanto, para que esta seja exibida, é necessário que exista um conjunto de movimentos executados pelo artista. Assim, a obra atingirá o seu término quando estes movimentos estiverem unidos e construídos numa única peça.

No que diz respeito à experiência da *expressão através da criação*, P2 e P3 reforçam a ideia de que esta expressão se trata da expressão do próprio através das suas criações. Isto contesta a ideia que Neumann (1959) tenta passar de que o artista não suspeita de uma ligação entre os processos criativos e a expressão do próprio psicológico, uma vez que ambos atribuem essa função à criação. Enquanto Paín (2009), reforça esta ideia de que toda a criação expressiva, está no mundo como condição que expresse algo que faz parte do artista, a alguém.

Apesar de P4 não experienciar um *distanciamento da realidade*, P2, em contraposição, fala igualmente da experiência de um *transporte para outra realidade*, através da sua obra. Juntamente com estes dois participantes, P3 menciona o papel da perfeição no processo de criação – *investimento na perfeição da obra*. Os três participantes reforçam, de diferentes maneiras, que a perfeição está intrinsecamente relacionada à maneira como criam, especialmente num ponto de vista correspondente ao de May (1975) que se trata de uma perfeição subjetiva, mais numa perspectiva de “este é o modo como as coisas devem ser”.

Ainda, P3 e P4 relatam alguma dificuldade em descrever a sua experiência do processo de criação artística, que podemos ponderar dever-se a características mais pessoais, ou de personalidade do sujeito. E ambos, descrevem a importância que o belo e a sua propagação possuem, na sua motivação para a criação.

Resumindo aquilo que foi dito anteriormente, as figuras seguintes representam a relação dos vários constituintes essenciais das diferentes estruturas da experiência do processo de criação artística.

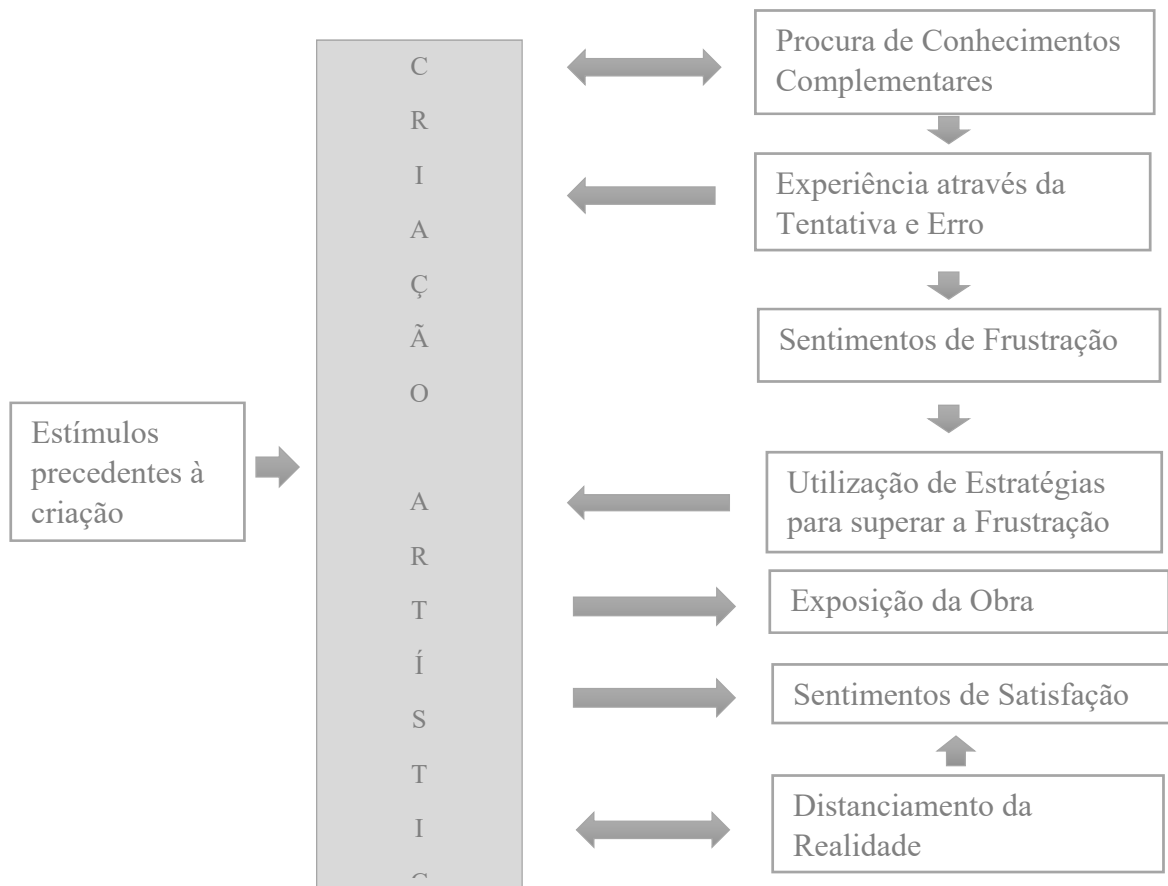


Figura 1. Relação dos Constituintes Essenciais da Estrutura A

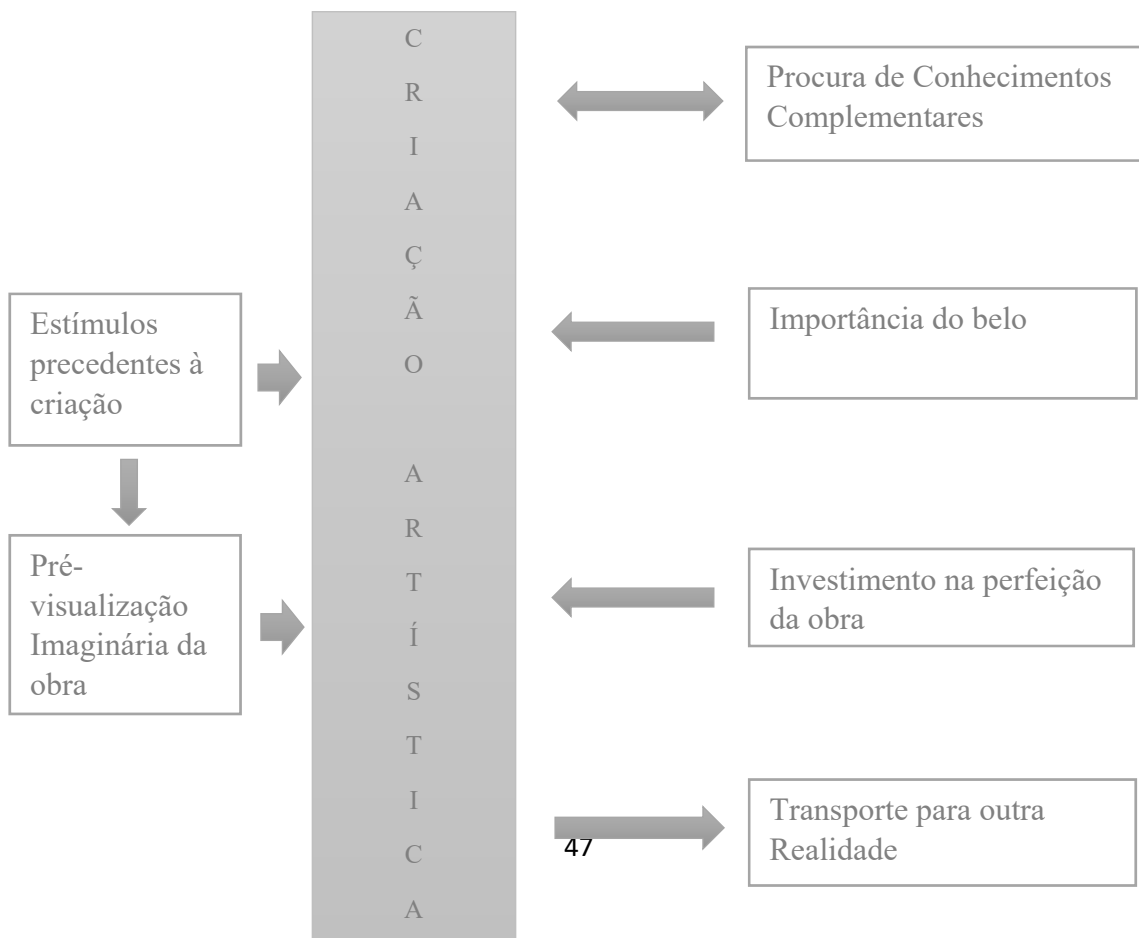


Figura 2. Relação dos Constituintes Essenciais da Estrutura B



Figura 3. Relação dos Constituintes Essenciais da Estrutura A e B

### *Conclusões*

Criar artisticamente, envolve claramente mais do que aquilo que é conhecido pela literatura. O estudo fenomenológico da experiência do processo de criação artística, demonstrou que a criação não é um processo linear, que apesar de possuir constituintes em comum, mostra-se bastante propensa a variações subjetivas relevantes. É um processo que inclui não só fatores pessoais, como fatores externos ao sujeito que comunicam com este e influenciam toda a criação. Tendo em conta as duas estruturas emergentes, faz sentido abordar cada uma e posteriormente fazer uma conclusão mais generalizada.

A experiência de criação artística, numa primeira estrutura, dá-se em três momentos essenciais. Num primeiro momento, precedente à criação em si, o sujeito entra em contacto com encorajamentos exteriores ou interiores, que o motivam a criar. Ou seja, sentem face a estes, uma necessidade de criar. Num segundo momento, o da criação propriamente dita, sentem carência de conhecimentos que os permitam elevar a sua obra e como tal vão em busca destes. Tentam ir adaptando a sua ideia àquilo que

estão a criar, logo a materialização dá-se por tentativa e erro. Nem sempre as suas experimentações correm como esperavam e experienciam sentimentos de frustração. Espontaneamente, procuram ultrapassar estes sentimentos através de estratégias uteis que lhes surgem à consciência ao longo do processo. Ao longo da criação, experienciam um afastamento da realidade, que lhes é agradável e positivo. Por fim, num terceiro momento, terminada a obra procuram expô-la a um público, procurando um feedback que possa contribuir para as suas próximas criações. Retiram de todo o processo sentimentos de satisfação por terem conseguido concretizar algo que os representam, mas que é exterior aos mesmos.

Numa segunda estrutura, a experiência do processo de criação artística foca-se principalmente em dois momentos. Primeiro, nos momentos que precedem a criação em si nos quais o sujeito, face a estímulos impulsores que são essencialmente exteriores ao indivíduo, vai imaginar aquilo que pretende criar. Pré-visualiza de forma imaginária, aquilo que pretende alcançar. O segundo momento, envolve tudo aquilo que diz respeito a criação propriamente dita. Há uma procura pela compreensão do instrumento utilizado, que aqui se verifica como mediador entre o sujeito e a sua obra, tendo em conta a importância do belo e de forma a investir na perfeição da criação. Isto decorre, no sentido de recordar o estímulo ao qual se encontrava sujeito, e que de alguma forma o marcou. Num fundo, um transporte para outra realidade, que tem por base a memória.

De uma forma geral, de ambas as estruturas, retiramos que existe fatores impulsores da criação. Estes manifestam-se ao sujeito e são compreendidos na sua subjetividade, transformando-se e originando algo, que estes irão materializar. A extensão destes estímulos precedentes não parece ter fronteiras, e as possibilidades que disso resultam são infinitas. Por a criação ter uma base tão potencialmente vasta, torna-se difícil delimitar aquilo que dela faz ou pode fazer parte. Ainda, manifesta-se sempre a necessidade que os artistas sentem em explorar conhecimentos que possam contribuir para a sua criação. É interessante, que isto se revele tão espontaneamente, mostrando indivíduos que procuram de forma autónoma aprender, e desenvolver-se face a essas aprendizagens.

Concluindo, este estudo mostra-nos que temos conhecimentos suficientes, que nos permitam definir onde começa e onde termina a experiência do processo de criação artística, e o que é que esta inclui. Mostra-nos, no entanto, que esta experiência engloba mais do que apenas a criação em si. Permite experienciar sentimentos negativos e torná-

los positivos, o que requer, não só a capacidade de lidar de forma adequada com determinados sentimentos e emoções, como aprender com eles num intuito de crescimento pessoal, e da obra, que parecem estar inerentemente ligados.

### *Limitações do Estudo*

A investigação qualitativa preocupa-se com o significado num contexto, envolve uma análise interpretativa dos dados, isto significa que reconhece um elemento subjetivo no processo da investigação. Assim, os critérios que são usualmente utilizados para avaliar o valor científico de uma investigação quantitativa, em psicologia, não se aplicam necessariamente aos estudos qualitativos. Ainda, esta não fornece certezas ao investigador, uma vez que se preocupa essencialmente com os processos sociais e psicológicos nos quais os significados e interpretações se encontram, tanto nos participantes, como no investigador. Esta questão da objetividade do discurso científico, pode ser abordada na medida em que, os resultados da pesquisa contêm, independentemente do investigador ou sociedade, significados por si próprios. Para além disto, não contribui para identificar leis generalizáveis de causa-efeito. Nem, tão pouco, permite fazer afirmações sobre tendências, regularidades, ou distribuições na população (Neves, 1996; Willig, 2008).

Por se tratar de um método fenomenológico, e por conseqüentemente possuir uma amostra de dimensões reduzidas, põe-se a questão da representatividade da população. Se esta questão coloca um problema ao estudo, ou não, depende fundamentalmente da questão a ser estudada pelo mesmo. Se se trata de um estudo que pretende explorar um determinado fenómeno, como é o caso, pode apresentar-se como uma limitação, uma vez que não se direciona para uma resposta a uma teoria ou hipótese. Isto porque, em determinadas circunstâncias pretende-se generalizar a partir do estudo. No entanto, apesar de na prática não podermos generalizar a partir de uma amostra de dimensões reduzidas, é possível argumentar que, pelo facto de uma determinada experiência ser possível nesta, é igualmente possível encontrar mais exemplos da mesma, na sociedade. Ou seja, é potencialmente generalizável. Ainda, não permitem retirar conclusões firmes acerca do porque é que a experiência é de determinada maneira, e são menos boas a apresentar uma visão abrangente do determinado fenómeno. Ainda, temos de ter em conta que por serem dados em

retrospectiva, o participante pode errar ou enganar-se nas suas descrições. (Willig, 2008; Giorgi & Sousa, 2010).

Claro que, nenhum método está isento de limitações e um reconhecimento destas limitações permite uma perceção que nos leva a refletir mais intensamente sobre os limites do nosso estudo, podendo este beneficiar com isto. No entanto considera-se que cumprir a sequência de forma integral das fases metodológicas, contribui para tornar o estudo e os seus resultados, mais confiáveis (Neves, 1996; Willig, 2008; Giorgi & Sousa, 2010).

De um ponto de vista mais específico deste estudo, podemos colocar a questão de, por recolher um depoimento dum sujeito de cada área das artes, se essa experiência será semelhante a outros sujeitos que pratiquem o mesmo tipo de criação. Também, por estes depoimentos não terem sido presenciais, podemos questionar se os sujeitos estariam plenamente investidos na tarefa e se, conseqüentemente, não omitiram ou esqueceram alguma parte essencial da sua experiência. No entanto, parte-se do princípio que aquilo que foi revelado nos depoimentos é o mais significativo para os sujeitos, no que diz respeito às mesmas.

### *Potencialidades e Propostas de Investigação*

Apesar do constante avanço da investigação na Psicologia, pode surpreender que ainda tão pouco se sabe sobre os fenómenos que se encontram associados ao processo da criação artística. Por verificarmos uma conexão entre a criação e o desenvolvimento pessoal, de forma benéfica, parece importante a sua exploração a um nível mais profundo. Se conseguirmos compreender mais sobre o modo como a criação acontece, e o que se encontra por detrás da mesma, é possível contribuir para os conhecimentos que unem a Psicologia e a Arte. Isto, de um ponto de vista que permita unir aos estados psicológicos do sujeito, a criação. Desta forma, podemos conhecer de forma mais profunda o sujeito, mais que aquela que a comunicação verbal permite.

Uma das várias propostas de investigação prende-se com a exploração da experiência em amostras mais variadas. Seria mais pertinente estudar o processo da criação artística, em diferentes faixas etárias, do que aquilo que foi permitido por este estudo. Para além deste fator, seria também interessante incluir mais participantes do

sexo feminino, visto que apenas um participante deste estudo faz parte deste género. Visto que, curiosamente, esta apresenta uma estrutura geral de significados diferente dos restantes participantes. Para além disto, seria vantajoso averiguar de forma a explorar, a experiência do processo de criação artística, dentro de uma mesma área das artes.

Ao nível da metodologia utilizada para a recolha de informação, outra proposta de investigação passa pela utilização de entrevistas semiestruturadas, em vez de depoimentos escritos diretos. Estas podem permitir a emergência de um maior número e maior variedade de constituintes do processo, contribuindo, para a exploração em particular de um determinado tema. Outra técnica de recolha de dados que poderia contribuir para este estudo, seria a técnica *Talking Aloud*, mencionada por Giorgi e Sousa (2010), que trata de investigar o processo enquanto este está a decorrer. Deste modo, em vez de recolhermos dados baseados na memória dos sujeitos, estaríamos a entrar em contacto direto com a experiência do processo de criação artística.

## REFERÊNCIAS BIBLIOGRÁFICAS

- Arnheim, R. (1974). *Art and visual perception: a psychology of the creative eye*. (2<sup>a</sup>). Estados Unidos da América: University of California Press.
- Arnheim, R. (1999). *Para uma psicologia da arte: arte e entropia*. Lisboa: Dinalivro.
- Bilbao, G. (2006). O artista e a sua arte: Um estudo fenomenológico. *Paidéia*, 16 (33), 91-100.
- Bosseur, D. (1981). Les chances d'être artiste. *Obliques: Sartre et les artes*, 24/25, 255-259.

Botton, A. & Armstrong, J. (2013). *Art as Therapy*. Nova Iorque: Phaidon Press Inc.

Bowie, H.  
(2000). Psychoanalysis and art: the Winnicott legacy. *Art, Creativity, Living*, 11-30.

Caroll, N. (2015). *Filosofia da Arte*. (2ª). Lisboa: Edições Texto & Grafia.

Didier-Weill, A. (1997). *Nota azul: Freud, Lacan e Arte*. Rio de Janeiro: Contra Capa Livraria Ltda.

Eisner, E. (2007). Art and Knowledge. *Handbook of the Arts in Qualitative Research*, 3-12.

Frayze-Pereira, J. (1994). Os limites da arte: a abertura para a psicologia. *Psicologia: Ciência e Profissão*, 14 (1-3), 14-21.

Giorgi, A. & Sousa, D.  
(2010). *Método Fenomenológico de Investigação em Psicologia*. Lisboa: Fim de Século.

Gleitman, H., Fridlund, A. J. & Resiberg, D. (2009). *Psicologia*. (8ª). Lisboa: Fundação Calouste Gulbenkian.

Gonçalves, C. A. (2000). *Psicologia da Arte*. Lisboa: Universidade Aberta.

Groenewald, T. (2004). A Phenomenological Research Design Illustrated. *International Journal of Qualitative Methods*, 3 (1), 1-24.

Günther, H. (2006). Pesquisa qualitativa versus pesquisa quantitativa: esta é a questão?. *Psicologia: Teoria e Pesquisa*. 22 (2). 201-210.

Heidegger, M. (2010). *A origem da obra de arte*. Lisboa: Edições 70.

- Husserl, E. (2014). *A Ideia da Fenomenologia*. (3ª). Lisboa: Edições 70.
- Langdrige, D. (2007). *Phenomenological Psychology*. Inglaterra: Pearson Education Limited.
- Liotard, J. F. (2014). *A Fenomenologia*. (3ª). Lisboa: Edições 70.
- Maheirie, K. (2003). Processo de criação no fazer musical: uma objectivação da subjectividade, a partir dos trabalhos de Sartre e Vygotsky. *Psicologia em Estudo*, 8 (2), 147-153.
- May, R. (1975). *A coragem de criar*. Brasil: Nova Fronteira.
- Merleau-Ponty, M. (1962). *Phenomenology of Perception*. Nova Jersey: The humanities press.
- Neumann, E. (1959). *Art and the creative unconscious*. Nova Iorque: Princeton University Press.
- Neves, J. S. (1996). Pesquisa qualitativa: características, usos e possibilidades. *Caderno de Pesquisas em Administração*. 1 (3), 1-5.
- Paín, S. (2009). *Os fundamentos da arteterapia*. Brasil: Editora Vozes.
- Pinto, E. (2004). A pesquisa qualitativa em psicologia clínica. *Psicologia USP*. 15 (1/2). 71-80.
- Raposo, F. (2008). Como se produz a aprendizagem artística. *Convergências*, (2), 1-11.
- Reis, A. (2011). A experiência estética sob um olhar fenomenológico. *Arquivos Brasileiros de Psicologia*, 63 (1), 1-110.
- Shinebourne, P. (2005). The process of becoming art: Existential-phenomenological explorations. *Existential Analysis*, 16 (1), 50-60.

Solso, R. (2003). *The Psychology of Art and the Evolution of the Conscious Brain*. Londres: The MIT Press.

Sommers-Flanagan, J. (2007). The development and evolution of person centered expressive art therapy: a conversation with Natalie Rogers. *Journal of counselling and development*, 85, 120-125.

Vygotsky, L. S. (2012). *Imaginação e Criatividade na Infância*. Lisboa: Dinalivro.

Weber, J. P. (1972). *La Psychologie de l'art*. (4ª). Paris: Presses Universitaire de France.

Willig, C. (2008). *Introducing Qualitative Research in Psychology: Adventures in Theory and Method*. (2ª). Inglaterra: Open University Press.

## ANEXOS

### ANEXO A – Vinheta a ser preenchida pelos participantes

#### Dados Pessoais:

Idade:

Género: Feminino  Masculino

Estado Civil:

Local de Residência:

Nível de Escolaridade:

Profissão:

Obrigado por concordar em participar neste estudo sobre a experiência do processo de criação artística. Toda a informação que fornecer será confidencial e anónima, antes de ser lida por qualquer outra pessoa.

Agradeceria se pudesse descrever a sua experiência relativamente ao processo de criação artística. Por favor descreva a sua experiência com o maior detalhe possível, incluindo os momentos antes de começar a criar, e os momentos após terminar a sua obra. Toda a informação que diz respeito aos seus pensamentos e sentimentos relativos à experiência, bem como detalhes concretos da mesma, é relevante e deve ser incluída.

## ANEXO B - Depoimento escrito direto do Participante 1

### **Coreógrafo**

Idade: 37 anos

Género: Masculino

Estado Civil: Solteiro

Local de Residência: Corroios

Nível de Escolaridade: 12º ano

Profissão: Professor de Dança

Antes de dar início ao processo de criação existe uma exaustiva procura pela música que se vai coreografar. Essa música tem que transmitir algo como sentimento, vontade de a dançar, alegria, motivação! O processo da escolha também é pensado na cadência da música e a sua rítmica. A música tem que ser escolhida para também provocar reacções no público que assiste, procuro sempre interagir com o público nas coreografias que faço, tento sempre provocar vários tipos de sentimento para quem assiste tipo: espanto, alegria, emoção, adrenalina! São estes sentimentos que um bailarino gosta de sentir quando pensa numa coreografia para apresentar, o contacto com o público é o mais importante e aquilo que vamos provocar em cada movimento, em cada expressão, tudo isto pesa na montagem de uma coreo!

A partir do momento que a música está escolhida passamos para a parte do estudo da mesma. Trata-se de um processo exaustivo de repetição até que a música nos entre na cabeça de trás para a frente! É importante o processo de ouvir a música vezes sem conta, a própria música pede e fala connosco, com isto quero dizer que em certas partes da música, existem momentos de fluidez corporal, noutras movimentos bruscos e secos, procuro sempre interpretar a música e ter alguma musicalidade, cada movimento procura tocar no que a música está a pedir, seja na voz, seja num instrumento, a ideia é interpretar tudo o que se ouve! Passando agora para o verdadeiro processo de criar uma coreo, tento sempre visualizar o que pode ser feito, imagino movimentos em partes específicas da música e ponho em prática no estúdio de dança, também surgem ideias de passos quando não estou no estúdio, assim do nada imagino algo que pode ficar bem e tento escrever para não me esquecer e tentar mais tarde! Faço pesquisa noutras áreas que não a minha, para poder enriquecer mais o meu estilo. Procuro dividir a música em várias partes, facilita-me bastante quando estou a criar, porque encontramos algumas barreiras e a inspiração não é muita e ficamos bloqueados, aí a frustração é muita, então optamos por passar para outro bloco da música e continuamos a criar mas sem descorar o que já foi feito até então, mais tarde ou mais cedo arranjam um movimento que preencha aquilo que faltava para continuar! Divido a música em introdução, refrão, desenvolvimento, descarga, conclusão. Cada parte usamos movimentos a par, a solo e algumas acrobacias para enriquecer os momentos específicos da música! A sensação de quando os movimentos ficam na música é bastante agradável e ficamos com vontade de fazer mais e mais até que fique o movimento limpo e perfeito. Quando chegamos ao fim

sentimos uma enorme satisfação e sensação de completos, é um orgulho enorme quando a música e o bailarino são um só!

Agora só falta a parte final que é a aprovação do público, esta é a derradeira batalha de um bailarino e coreógrafo, a aceitação por parte do público! Quando estou em cima de palco é sempre como se fosse a minha primeira vez, formigueiro na barriga e mãos suadas, depois de começar a dançar tudo desaparece e tudo por sentir o calor e os aplausos do público e a sua satisfação, é isto que eu procuro e é o que me dá motivação e adrenalina em cima do palco, seja para o bom ou para o mau! O reconhecimento por parte do público não tem preço e deixa-nos com desejo e vontade de voltar a subir para o palco!

## ANEXO C - Depoimento escrito direto do Participante 2

### **Músico**

Idade: 23 anos

Género: Masculino

Estado Civil: Solteiro

Local de Residência: Mafra

Nível de Escolaridade: Licenciatura

## Profissão: Estudante

Antes de começar a criar, são vários os estímulos, digamos assim, que me predispõem a ter vontade de criar uma música. Pode ser, porque ouvi uma música e quero tentar reproduzi-la, por ouvido, ou porque me sinto de uma determinada maneira e isso motiva-me a querer criar uma música, ou por algo que quero fazer com a música, como seja a apresentação de um trabalho ou a exposição de alguma ideia de cunho filosófico/interventivo. Ou seja, tudo isto para dizer que existem vários estímulos que me motivam a criar uma música e, por via desses mesmos motivos, o processo prévio de criação difere. Se estiver a tentar reproduzir uma música, então o foco é aproximação por tentativa e erro bem como a procura de informações que me permitam confirmar essas aproximações, o que me faz sentir por vezes ou frustrado quando é muito ao lado, ou então muito alegre porque consegui reproduzir, um número de notas ou todas iguais ou, ainda que não seja a maior parte, pelo menos algumas, visto que a minha competência ao nível auditivo, de identificação das notas e dos respetivos intervalos que as separam ser a menos bem desenvolvida, é, por isso, que considero que a reprodução, nestes termos que os descrevi, ser, também, uma criação, porque a meu entender, há sempre uma dimensão, na tentativa-erro, que é uma projeção de uma parte de mim no plano musical. Daí que, por vezes, quando estou a reproduzir, crie músicas porque fico farto de estar a tentar chegar, por ouvido, a uma determinada música.

Depois, no que diz respeito ao que sinto, são várias as emoções que alcanço com a criação de uma música. Pode ser a necessidade de sentir segurança ou tranquilidade em algum momento que não a sinto, então a música faculta-me essa componente que está em falta.

Ou quando quero fazer algo com ritmo, porque sinto falta disso, isto é, por vezes há momentos que parece haver um domínio do tédio, da mesmíssima rotina, então um ritmo diferente disso dá-me oportunidade de encontrar esse lado mais lacunar da minha existência. Ou então, quando estou muito alegre e quero fazer algo que o denote, e que também é mais rítmico, acabo por procurar essa expressão junto da música. Alturas outras, em que tenho um sentimento de nostalgia e parece que a única forma de viver esse sentimento de saudade é, igualmente, preenchido por via da música. No fundo, é como se a música preenchesse o vazio que permanece na expressão emocional, quase como se a expressão emocional não pudesse ser totalmente vivida sem esta componente,

o que torna a música o instrumento, por excelência, da materialização das emoções sem que requeira uma linguagem falada. É um Universal. Porque, bem entendido, pelo menos, todos os seres humanos, têm as componentes que nos tornam musicados. Ainda que hajam deficiências nos sentidos, não deixam de existir as propriedades constitutivas do todo musical. Também, quando me refiro à mobilização da música para efeitos de exposição de alguma ideia, aquela tem o efeito de facilitar a assimilação e apropriação da ideia que quero transmitir. O que me ocorre, de momento, é como se não houvesse nenhuma ideia descabida ou contrária a uma determinada posição, o que se passa é que, devido a dificuldades e barreiras linguísticas, ainda que se partilhe de um idioma em comum, a música surge como elemento que liga e flexibiliza, que permite integrar e aproximar, justamente porque solicita a mobilização da expressão afetiva que se encontra em todos nós, seres humanos pelo menos, e, por consequência, a ideia torna-se mais flexível e mais bem compreendida, isto quanto ao que a fundamenta, eu acho.

Em suma, embora me tenha referido a diversas coisas, há uma central que é esta: em todo o ato de criação musical, precede o preenchimento de alguma lacuna, lacuna esta que, a mim, me faz mobilizar a minha expressão criativa traduzida num ato musical como resposta a uma lacuna. É um *de-mim pensável para um mim-afetivo com recurso interativo*. De outro modo, todo o ato musical criativo meu é exposto, no mínimo a uma pessoa.

Em tom de conclusão, estes são os tópicos que me ocorrem ao refletir sobre os momentos que precedem o ato musical criativo.

No decorrer do processo, de alguma forma, acima, já fui tocando num ou noutro ponto, contudo, o grosso do processo e porque gosto mais de procurar criar uma música toda ela minha, experimento várias sequências de notas, e quando procura algo em específico, procuro movimentar-me dentro da teoria musical que me permite ter uma ideia muito mais clara acerca da progressão musical e até onde pode ser extensível. Este são dois aspetos que, constantemente procuro: a progressão harmónica e a extensibilidade. Isto leva-me, com base nos conceitos da teoria musical, desenvolver progressões que harmonizem, mas sempre na lógica de tentativa-erro até que sinta que é *aquilo*, o que eu quero e, depois, como me entusiasmo, procuro ver até onde é que vai, desde a experimentação rítmica, até a forma como as cordas da guitarra são tocadas. E, enquanto vou fazendo isso, esqueço-me do tempo, das minhas atividades em geral, dos conflitos que possam decorrer no momento, enfim, não dou pelo tempo passar. E, outra coisa que me acontece é um género de flutuação da atenção, estou concentrado em tudo

e nada ao mesmo tempo. Tudo porque, tudo quanto faço está a ser audível e alvo de análise. Nada porque, estou a ver até onde é que consigo chegar. É quase como se estivesse *cheio de nada*. Há um espaço que circunscrita os conjuntos de infinitos, isto é, de possibilidades musicais, sem que esse espaço esteja preenchido e sim a *ser-preenchido*, ou seja, é um espaço em que a expressão musical encontra lugar e daí reflete-me, internamente, *qualquer coisa*, e eu aproprio-me dessa *coisa*, para a tornar minha e em obra de arte. É quase como se sentisse que se vai esculpindo um peça, reflexo do material que existe e do molde onde este existe, que não tem forma nem conteúdo, e ambos se vão desenvolvendo e adaptando no decorrer do processo.

Quando sinto que está terminado, tenho de ouvir e reouvir, para dar conta dos pormenores. Inicialmente, o que pretendo é a estrutura, só depois os pormenores. Recordei-me, agora, de que este ouvir e reouvir é fundamental em todas as partes do processo. Quer para encontrar a estrutura quer para acrescentar os pormenores. Porque é neste ouvir e reouvir que a música é uma outra entidade, não-eu, embora posse minha, que me comunica alguma coisa e, para isso, há que decifrar o que é, tal que, procuro mais do que ouvir, saber ouvir e mais precisamente saber o que ouvir e onde ouvir, seja uma nota, um som que não uma nota, seja um silêncio, seja a conjugação de um, ou mais do que um destes fatores em combinações diversas.

Por vezes, são horas inteiras e sucessivas nisto, de tal modo que o dia e a noite deixam de existir e a dimensão espaço-tempo, passa a ser outra. É quase como se a música, pudesse ser, também, um veículo que me transporta para uma outra realidade contida numa outra, sem que esta outra deixe de existir – no fundo *coexiste*. A matéria e a não-matéria passam a ter outras expressões, outras nomenclaturas, outras funções. E, neste sentido, só quando existe sinal de alarme físico ou quando fica concluída há uma paragem. Até lá, enquanto o término não chegar, tudo permanece na continuidade na medida do possível.

Por fim, o momento após. É das melhores sensações. Acho que mais do que um sentido de missão cumprida, há a sensação de cumprimento pessoal, ou, de outro modo, de realização pessoal. Há uma transformação de algo, seja lá o que for, que integra um ausente-presente, um lacunar-preenchido, um mau-bom, um conflito-paz e, que por esse mesmo motivo, por ser tão completo, que de tão completo ser torna-se obra perfeita. Reunir numa só entidade, não-eu, mas posse minha, o negativo-positivo de um espaço-tempo que simultaneamente contém e está contido, é pensável e afetivo e simultaneamente não-pensável e não-afetivo só pode tornar o ato musical criativo uma

expressão de Obra Suprema de Ordem Primeira, de Arte Divina de Vontade Perfeita – *A Perfeição Materializada!*

#### ANEXO D - Depoimento escrito direto do Participante 3

##### **Artista Plástico**

Idade: 23

Género: Masculino

Estado Civil: Solteiro

Local de Residência: Barreiro

Nível de Escolaridade: Frequência Ensino Superior

Profissão: Estudante

A minha experiência quanto ao processo de criação artística é algo um pouco difícil de descrever por palavras escritas, tem uma dimensão experiencial muito forte, no entanto tentarei ser o mais claro possível.

Os momentos antes de começar a criar algo em concreto passam nomeadamente pela fase da tal “inspiração” que poderá ser um estado mais ou menos constante. Ou seja, existem alguns momentos ou períodos de tempo em que não sinto que tenha essa mesma “inspiração” para criar, muitas vezes por questões emocionais ou por estar focado noutras áreas da minha vida, nomeadamente os estudos e o trabalho, que, infelizmente, não se relacionam diretamente com a minha arte. Emocionalmente, normalmente quando sinto que tenho algum stress acumulado ou quando sinto um pouco mais melancólico normalmente a questão da inspiração fica um pouco “bloqueada”.

O que é que me suscita a tal “inspiração”? Bem, existe um leque quase infinito de possibilidades que me possam inspirar de modo a criar algo. Nomeadamente, moda, jogos, uma pessoa num autocarro, uma peça de roupa, uma flor, uma cor, etc... A lista é quase infindável, mas existe uma espécie de chamamento, talvez. Acresce assim a vontade de criar, de dar forma a alguma coisa, ou pelo menos dar forma ao sentimento que esse objecto, pessoa ou momento transmitiu.

No meu caso, a minha arte cinge-se muito ao desenho livre, sendo que sempre foi uma das minhas atividades preferidas desde pequeno, e simplesmente nunca parei desde então. Costumo ter uma tendência para as figuras humanas nomeadamente a forma feminina. Tenho tendência para desenhar rostos, corpos, poses, cabelos, tendo ainda alguma dificuldade em desenhar corretamente os membros mais complexos do corpo humano como é o caso das mãos e dos pés.

Devo indicar, também que nunca tive formação em artes plásticas e que as técnicas que costumo utilizar não são as mais elaboradas, costumo apenas precisar de um pedaço de papel e um lápis ou caneta (tendo preferência pelas canetas BIC). Ou seja, a maneira como costumo criar é algo orgânico e espontâneo, muito vazio de qualquer técnica mais formal, no entanto procurei algumas fontes e modos de proceder através da Internet, nomeadamente manuais e tutoriais online. Exemplos do que aprendi por auto-didatismo seria a utilização de formas básicas para composição, linhas orientadoras, noção de perspectiva e noções de claro-escuro.

Após o momento inspirador, digamos assim, (por vezes começo a fazer rascunhos quando estou aborrecido ou enfadado) tento visualizar na minha cabeça o que quero passar para o papel, ou seja, se vou fazer um corpo inteiro, se vou fazer um rosto, em que posição, expressão facial, por aí. Depois disto, começo no papel a compor a figura que quero fazer em formas básicas e utilizando linhas orientadoras começo a construir, de forma quase arquitectónica, o que quero fazer. Este processo não é tão rígido quanto isso. Muitas vezes, começo com uma forma aleatória e vou construindo os membros, ou as feições consoante a forma que desenhei em primeiro lugar. Ou seja, pode ser passível de espontaneidade e não de uma ideia em concreto também.

Por vezes, tenho tendência a usar um traço muito sujo de maneira a “corrigir” as linhas que deteto que estão incorrectas ou as formas não estão com as proporções como gostaria que tivessem. E daqui vou acrescentando pormenores, o cabelo, a boca, a roupa, e outros elementos acessórios, como por exemplo, espaço negativo, animais, símbolos, e outros. Em suma, começo sempre por criar uma espécie de esqueleto que vou dando forma consoante aquilo que visualizo ou então consoante a maneira que “está a ficar” no papel de maneira a ficar agradável, do meu ponto de vista. Costumo fazer muitos rascunhos e tenho uma tendência geral para deixar muitos trabalhos inacabados, mas geralmente mais “finalizados” ou não, a obra final nunca está de acordo com a visualização inicial.

O facto de isto acontecer já funcionou muitas vezes como uma desmotivação, por fazer-me sentir um pouco frustrado com o meu trabalho, isto de não conseguir transmitir para o papel exatamente o que vejo na minha cabeça. No entanto, com as pesquisas e pela experiência também, apercebi-me que só fazendo, experienciando e desligando o botão do perfeccionismo é que realmente se consegue ter resultados mais relevantes e que são visíveis a curto e a longo prazo. Aprendi recentemente a “soltar o traço” e deixar-me ir no próprio processo, com mente aberta e relaxada, acabando por aceitar melhor qualquer resultado que “saia” no papel, conseguindo aprender com aquilo que acho desagradável e criando momentos de maior satisfação com a minha arte em geral.

Tirando a frustração, normalmente durante todo este processo sinto-me relativamente calmo e concentrado no que estou a fazer e de “cabeça limpa”, não sei descrever de outra forma. Ou seja, não tenho grandes episódios de pensamentos intrusivos, parecendo que quando estou a desenhar o mundo pára de girar por um momento enquanto estou debruçado no papel. Por isto, confesso que tem

completamente propriedades terapêuticas e que me ajuda imenso a lidar com as experiências emocionais de outra forma. Além disto, também existe a questão, a qual eu acho bastante particular, do sentimento de satisfação, e talvez de alegria, de criar algo que é completamente independente de mim, mas no entanto que consegue transmitir muitas vezes, certas coisas que não consigo verbalizar. Na minha opinião, no meu caso isto aplica-se no traço, nas diferenças de pressão, se é mais sujo, se é mais limpo. De certa maneira é como se fosse um espelho.

Após terminado, gosto de apreciar um pouco o meu trabalho e averiguar o que sinto relativamente à peça em questão, ou seja, se é do meu agrado ou não. Peço opiniões de amigos e conhecidos muitas vezes, de maneira a receber alguma crítica externa que não seja apenas a minha de modo a poder averiguar melhor certos aspectos a melhorar. E quanto ao que sinto quando termino é um pouco isso, sinto que há sempre espaço de sobra para melhorias e procuro sempre almejar nesse sentido. O contributo que quero dar ao mundo neste aspecto é o de propagar o belo com os meus desenhos, e muitas vezes coloco em mim alguma pressão, talvez desnecessária, de transmitir essa beleza com o maior grau de perfeição possível.

#### ANEXO E - Depoimento escrito direto do Participante 4

##### **Fotógrafa**

Idade: 25 anos

Género: Feminino

Estado Civil: Solteiro

Local de Residência: Lisboa

Nível de Escolaridade: Licenciatura

Profissão: Colaboradora de Loja

Nunca esperei que falar sobre o que mais nos absorve, o que mais sentimos quando fazemos o que gostamos fosse tão complexo.

O que essencialmente acontece comigo é simples: sou alguém que tem um grave problema com a memória. Desde que me recordo tento escrever ou arranjar ou outro qualquer mecanismo, para não me esquecer de algum momento, situação ou mesmo um sentimento que, numa pequena fração de segundos, fez alguma diferença no meu sentir. Tentar reter na memória uma pequena partícula que me voltasse a colocar naquele sítio, àquela hora.

A fotografia ajuda-me nesse sentido. Posso dar-me àquele pequeno luxo de esquecer e, ao olhar para uma fotografia, ser automaticamente transportada para aquele momento (mais uma vez, nem que seja por uma fração de segundos).

Não o faço apenas por essa razão, obviamente, mas também por amor a tudo que é visualmente belo. Desde que comecei a tentar, sozinha, entender a magia do analógico percebi que algumas coisas merecem uma segunda oportunidade de um olhar. Seja algo material, ou não, começo inevitavelmente a tentar recriar na minha cabeça um cenário paralelo onde quero encaixar o que vejo.

O facto de um filme ser limitado a 24 ou 36 fotografias obriga a que seja precisa e a que seja paciente até encontrar o momento perfeito.

Não fotografo sempre mas tento sempre andar com a Nikon como um apêndice. Observo o cenário, as pessoas, as coisas, as cores, as luzes e clico. Não há volta a dar depois disso. Não há arrependimento, saia como sair, vou lembrar-me de como pensei e no que analisei antes de pressionar o botão. Tento pensar como irei trata-la quando a ampliar. jogar com contrastes e sombras até encontrar o balanço certo que à minha cabeça seja o mundo paralelo que estou a pensar criar.

A descrição que agora faço é até complicada para mim, tudo isto acontece num curto espaço de tempo onde o pensamento já é automático e onde há uma habituação da minha parte.

Creio que, para mim, não posso, nem me faz sentido tirar fotografias exaustivamente. Há que fazer uma seleção mental daquilo que é bom fotografar. Fazer

clique sem parar retira o belo à fotografia, banaliza-a e torna-se desinteressante. Saber esperar e ser paciente é a melhor solução para mim.

ANEXO F – Transformação das Unidades de Significado em Expressões de Carácter Psicológico do Participante 1

<b>Unidades de Significado</b>	<b>Unidades de Significado Psicológico</b>	
1. Antes de dar início ao processo de	Primeira unidade de significado relacionada com	1-4 - P1 descreve o primeiro passo como

criação existe uma exaustiva procura pela música que se vai coreografar.	a procura de uma música para ser coreografada.	sendo a escolha dos instrumentos e material a utilizar. Esta escolha tem em conta os sentimentos e emoções que os mesmos irão transmitir a ele e aos outros, bem como as características dos próprios instrumentos.
2. Essa música tem que transmitir algo como sentimento, vontade de a dançar, alegria, motivação!	Segunda unidade de significado diz respeito às emoções e sentimentos que a música a ser escolhida deverá transmitir.	
3. O processo da escolha também é pensado na cadência da música e a sua rítmica.	Terceira unidade de significado foca-se nas propriedades e características da música a nível rítmico.	
4. A música tem que ser escolhida para também provocar reacções no público que assiste, procuro sempre interagir com o público nas coreografias que faço, tento sempre provocar vários tipos de sentimento para quem assiste tipo: espanto, alegria, emoção, adrenalina!	Quarta unidade de significado passa pela escolha da música em função do público e dos sentimentos e emoções a provocar, e a interagir com o mesmo.	
5. São estes sentimentos que um bailarino gosta de sentir quando pensa numa coreografia	Quinta unidade de significado descreve aquilo que o bailarino/ coreógrafo pretende sentir e provocar nos outros, como sendo	5 - P1 percebe aquilo que irá sentir e provocar no público como sendo partes com elevada importância a

<p>para apresentar, o contacto com o público é o mais importante e aquilo que vamos provocar em cada movimento, em cada expressão, tudo isto pesa na montagem de uma coreo!</p>	<p>partes fulcrais na criação de uma coreografia.</p>	<p>se terem em conta na criação da sua obra.</p>
<p>6. A partir do momento que a música está escolhida passamos para a parte do estudo da mesma.</p>	<p>Sexta unidade de significado foca-se no passo seguinte, descrito como o estudo da música, após esta ter sido escolhida.</p>	<p>6 - P1 descreve o passo seguinte, após a escolha do instrumento, como sendo o estudo do mesmo.</p>
<p>7. Trata-se de um processo exaustivo de repetição até que a música nos entre na cabeça de trás para a frente! É importante o processo de ouvir a música vezes sem conta,</p>	<p>Sétima unidade de significado realça a importância da repetição neste processo. A aprendizagem da música a ser coreografada.</p>	<p>7-8 - P1 realça a exaustão, devido à repetição, do processo de aprendizagem do material escolhido. Bem como o facto de ser necessário ter em conta as características do próprio material a ser utilizado, para o processo de criação.</p>
<p>8. a própria música pede e fala connosco, com isto quero dizer que em certas partes da música, existem momentos de fluidez corporal, noutras</p>	<p>Oitava unidade de significado trata da importância das características da própria música para a criação da coreografia, bem como a sua interpretação.</p>	

<p>movimentos bruscos e secos, procuro sempre interpretar a música e ter alguma musicalidade, cada movimento procura tocar no que a música está a pedir, seja na voz, seja num instrumento, a ideia é interpretar tudo o que se ouve!</p>		
<p>9. Passando agora para o verdadeiro processo de criar uma coreo, tento sempre visualizar o que pode ser feito, imagino movimentos em partes específicas da música</p>	<p>Nona unidade de significado é posta num processo de visualização e imaginação de movimentos a serem inseridos de forma adequada na música.</p>	<p>9-10 - P1 descreve um processo de visualização e imaginação antes de criar. Neste processo procura inserir os elementos da obra de forma adequada aos materiais anteriormente</p>
<p>10. e ponho em prática no estúdio de dança, também surgem ideias de passos quando não estou no estúdio, assim do nada imagino algo que pode ficar bem e tento escrever para não me esquecer e tentar mais tarde!</p>	<p>Décima unidade de significado descreve a passagem da ideia à prática num local adequado. E ainda o surgimento de ideias fora do local destinado à sua prática.</p>	<p>escolhidos. E, posteriormente, a passagem à prática num local destinado à actividade, embora ideias possam surgir fora deste.</p>
<p>11. Faço pesquisa</p>	<p>Décima primeira unidade de</p>	<p>11 - P1 diz procurar</p>

noutras áreas que não a minha, para poder enriquecer mais o meu estilo.	significado descreve uma pesquisa por parte do artista em áreas que não a dele. Há uma procura de mais conhecimento de forma a enriquecer a sua obra.	conhecimentos fora da sua área para enriquecer a sua obra.
12. Procuo dividir a música em várias partes, facilita-me bastante quando estou a criar,	Décima segunda unidade de significado trata de estratégias facilitadoras da actividade, criadas e utilizadas pelo artista.	12-14 - P1 descreve momentos em que se depara com obstáculos à criação, e o sentimento de
13. porque encontramos algumas barreiras e a inspiração não é muita e ficamos bloqueados, aí a frustração é muita,	Décima terceira unidade de significado descreve momentos de obstáculos à criação, e frustração face aos mesmos.	frustração daí derivado, bem como estratégias por ele criadas e utilizadas para superar estes momentos.
14. então optamos por passar para outro bloco da música e continuamos a criar mas sem descorar o que já foi feito até então, mais tarde ou mais cedo arranjam um movimento que preencha aquilo que faltava para continuar!	Décima quarta unidade de significado trata, mais uma vez, de estratégias facilitadoras da actividade, criadas e utilizadas pelo artista.	
15. Divido a música em introdução, refrão, desenvolvimento,	Décima quinta unidade de significado foca-se na divisão da música em partes	15 - P1 descreve um processo de divisão em partes do instrumento,

<p>descarga, conclusão. Cada parte usamos movimentos a par, a solo e algumas acrobacias para enriquecer os momentos específicos da música!</p>	<p>com características diferentes, para uma melhor adequação dos movimentos a cada parte.</p>	<p>para uma criação adequada a cada momento, facilitando o mesmo.</p>
<p>16. A sensação de quando os movimentos ficam na música é bastante agradável e ficamos com vontade de fazer mais e mais até que fique o movimento limpo e perfeito.</p>	<p>Décima sexta unidade de significado trata dos sentimentos e emoções positivas quando os movimentos criados se adequam à música. Ainda, quando isto ocorre, existe uma maior vontade de criar e praticar para aperfeiçoar a técnica.</p>	<p>16-17 - P1 experiencia sentimentos e emoções positivas (satisfação, completude, orgulho) durante o processo inclusive no final do mesmo. Menciona, também, mais vontade de criar e praticar, para aperfeiçoar a sua</p>
<p>17. Quando chegamos ao fim sentimos uma enorme satisfação e sensação de completos, é um orgulho enorme quando a música e o bailarino são um só!</p>	<p>Décima sétima unidade de significado descreve o final do processo e os sentimentos e emoções positivas que daí advêm. Ainda, o artista fala de uma união entre ele e a música.</p>	<p>técnica. Ainda, fala de uma união entre o artista e a sua obra.</p>
<p>18. Agora só falta a parte final que é a aprovação do público, esta é a derradeira batalha de um bailarino e</p>	<p>Décima oitava unidade de significado descreve a aprovação por parte do público como sendo o objectivo último da coreografia e apresentação.</p>	<p>18-20 - P1 explica que o objectivo final da sua obra é a satisfação e aceitação por parte do público, e que é isto que o motiva e lhe dá</p>

coreógrafo, a aceitação por parte do público!		adrenalina na apresentação. Ainda, descreve características
19. Quando estou em cima de palco é sempre como se fosse a minha primeira vez, formigueiro na barriga e mãos suadas,	Décima nona unidade de significado fala do momento da apresentação da coreografia, referindo características fisiológicas de antecipação.	fisiológicas de antecipação, antes do momento de apresentação da obra. Fala, também, de um distanciamento da realidade.
20. depois de começar a dançar tudo desaparece e tudo por sentir o calor e os aplausos do público e a sua satisfação, é isto que eu procuro e é o que me dá motivação e adrenalina em cima do palco, seja para o bom ou para o mau!	Vigésima unidade de significado descreve o momento da apresentação da coreografia como criando um distanciamento da realidade e com o objectivo de satisfazer o público. Ainda, descreve que é isto que o motiva e lhe dá adrenalina na apresentação.	
21. O reconhecimento por parte do público não tem preço e deixa-nos com desejo e vontade de voltar a subir para o palco!	Vigésima primeira unidade de significado, descreve, aquando do reconhecimento do público, desejo e vontade de repetir todo o processo.	21 - P1 experiencia desejo e vontade de repetir todo o processo de criar e apresentar, face ao reconhecimento do público.

ANEXO G – Transformação das Unidades de Significado em Expressões de Carácter Psicológico do Participante 2

<b>Unidades de Significado</b>	<b>Unidades de Significado Psicológico</b>	
1. Antes de começar a criar, são vários os	Primeira unidade de significado relacionada	1-3 – P2 descreve a existência de estímulos

<p>estímulos, digamos assim, que me predispõem a ter vontade de criar uma música.</p>	<p>com a existência de estímulos precedentes à criação de uma música.</p>	<p>precedentes ao processo de criação, e que influenciam os momentos iniciais do mesmo. Estes estímulos</p>
<p>2. Pode ser, porque ouvi uma música e quero tentar reproduzi-la, por ouvido, ou porque me sinto de uma determinada maneira e isso motiva-me a querer criar uma música, ou por algo que quero fazer com a música, como seja a apresentação de um trabalho ou a exposição de alguma ideia de cunho filosófico/interventivo.</p>	<p>Segunda unidade de significado diz respeito aos diferentes estímulos precedentes ao momento de criação que podem surgir. Estes podem ser externos ao sujeito, com um objectivo, ou relacionados com a maneira como este se sente.</p>	<p>podem ser exteriores ao sujeito, com um objectivo específico, ou relacionados com a maneira como sujeito se está a sentir.</p>
<p>3. Ou seja, tudo isto para dizer que existem vários estímulos que me motivam a criar uma música e, por via desses mesmos motivos, o processo prévio de criação difere.</p>	<p>Terceira unidade de significado reforça o papel dos estímulos precedentes à criação, neste processo.</p>	
<p>4. Se estiver a tentar reproduzir uma música, então o foco é</p>	<p>Quarta unidade de significado foca-se na tentativa e erro, como</p>	<p>4-5 – P2 descreve uma estratégia de tentativa e erro, juntamente com a</p>

<p>aproximação por tentativa e erro bem como a procura de informações que me permitam confirmar essas aproximações,</p>	<p>estratégia, confirmando sempre o seu desenvolvimento, com a busca de mais informações.</p>	<p>procura de mais informação e da qual podem surgir emoções negativas ou positivas, consoante o seu desenvolvimento.</p>
<p>5. o que me faz sentir por vezes ou frustrado quando é muito ao lado, ou então muito alegre porque consegui reproduzir, um número de notas ou todas iguais ou, ainda que não seja a maior parte, pelo menos algumas,</p>	<p>Quinta unidade de significado descreve emoções negativas como a frustração, ou positivas como a alegria, que podem vir a surgir.</p>	
<p>6. visto que a minha competência ao nível auditivo, de identificação das notas e dos respetivos intervalos que as separam ser a menos bem desenvolvida,</p>	<p>Sexta unidade de significado assenta no pouco desenvolvimento de determinada competência, que será necessária.</p>	<p>6 – P2 descreve o pouco desenvolvimento que possui em determinada competência, que será necessária.</p>
<p>7. é, por isso, que considero que a reprodução, nestes termos que os descrevi, ser, também, uma criação, porque a meu entender, há sempre uma dimensão,</p>	<p>Sétima unidade de significado incide na ideia de que o sujeito deposita parte de si no seu produto da criação, também através da tentativa-erro.</p>	<p>7 – P2 fala da ideia de que deposita uma parte de si na sua obra.</p>

na tentativa-erro, que é uma projeção de uma parte de mim no plano musical.		
8. Daí que, por vezes, quando estou a reproduzir, crie musicas porque fico farto de estar a tentar chegar, por ouvido, a uma determinada música.	Oitava unidade de significado sugere a alteração da estratégia quando existe um sentimento de aborrecimento e/ou frustração.	8-9 – P2 reforça a possibilidade de alcançar diferentes emoções durante o processo de criação, e que face ao aborrecimento e/ou frustração há uma alteração da estratégia a utilizar.
9. Depois, no que diz respeito ao que sinto, são várias as emoções que alcanço com a criação de uma música.	Nona unidade de significado relacionada com a possibilidade de alcançar diferentes emoções durante o processo de criação.	
10. Pode ser a necessidade de sentir segurança ou tranquilidade em algum momento que não a sinto, então a música facultame essa componente que está em falta.	Décima unidade de significado fala da necessidade de sentir segurança ou tranquilidade através da música.	10-14 – P2 explica a possibilidade do processo criativo permitir ao sujeito experienciar determinadas emoções e sentimentos que ele não tem sentido, na medida em que preenche uma lacuna emocional. Ainda, fala do facto de utilizar este processo como meio para expressar as emoções e sentimentos que está a sentir, como
11. Ou quando quero fazer algo com ritmo, porque sinto falta disso, isto é, por vezes há momentos que parece haver um domínio do tédio, da	Décima primeira unidade assenta na possibilidade do sujeito sentir falta de ritmo, e de a criação musical preencher essa lacuna.	

<p>mesmíssima rotina, então um ritmo diferente disso dá-me oportunidade de encontrar esse lado mais lacunar da minha existência.</p>		<p>algo essencial ao próprio processo da sua vivência.</p>
<p>12. Ou então, quando estou muito alegre e quero fazer algo que o denote, e que também é mais rítmico, acabo por procurar essa expressão junto da música.</p>	<p>Décima segunda unidade de significado passa pelo facto de o sujeito usar a música como meio de expressão, como quando se encontra muito alegre e quer demonstrar isso.</p>	
<p>13. Alturas outras, em que tenho um sentimento de nostalgia e parece que a única forma de viver esse sentimento de saudade é, igualmente, preenchido por via da música.</p>	<p>Décima terceira unidade de significado reforça a ideia da música preencher algo que lhe falta, que neste caso se encontra ligado à saudade.</p>	
<p>14. No fundo, é como se a música preenchesse o vazio que permanece na expressão emocional, quase como se a expressão emocional não pudesse ser totalmente vivida sem esta</p>	<p>Décima quarta unidade de significado assenta na ideia de que a música é essencial ao processo de expressão e vivência emocional.</p>	

componente,		
15. o que torna a música o instrumento, por excelência, da materialização das emoções sem que requeira uma linguagem falada.	Décima quinta unidade de significado fala da música como um instrumento da materialização das emoções, comparando-a a uma linguagem, ou seja, um meio de comunicação.	15 – P1 descreve o produto do processo de criação como um instrumento para a materialização das emoções, quase como um meio de comunicação, uma linguagem.
16. É um Universal. Porque, bem entendido, pelo menos, todos os seres humanos, têm as componentes que nos tornam musicados. Ainda que hajam deficiências nos sentidos, não deixam de existir as propriedades constitutivas do todo musical.	Décima sexta unidade de significado trata do valor universal da música, na medida em que todos os seres humanos têm capacidades inerentes, que permitem a sua identificação com a música, independentemente de problemas fisiológicos que o sujeito possa ter.	16 – P2 descreve a arte como algo universal, na medida em que todos os seres humanos possuem componentes que permitem identificar-se com a mesma.
17. Também, quando me refiro à mobilização da música para efeitos de exposição de alguma ideia, aquela tem o efeito de facilitar a assimilação e apropriação da ideia que quero transmitir.	Décima sétima unidade de significado diz respeito à capacidade da música de facilitar a assimilação e apropriação de alguma ideia que o artista quer transmitir.	17-19 – P1 descreve a capacidade da criação de facilitar não só a assimilação de uma ideia que se quer transmitir, mas também a sua melhor compreensão por via da expressão afectiva.

<p>18. O que me ocorre, de momento, é como se não houvesse nenhuma ideia descabida ou contrária a uma determinada posição, o que se passa é que, devido a dificuldades e barreiras linguísticas, ainda que se partilhe de um idioma em comum, a música surge como elemento que liga e flexibiliza, que permite integrar e aproximar,</p>	<p>Décima oitava unidade de significado reforça a capacidade da música de transmitir qualquer ideia que o sujeito queira transmitir, e até de transmitir essa ideia de forma a ligar e flexibilizar a mesma, integrando e aproximando.</p>	
<p>19. justamente porque solicita a mobilização da expressão afetiva que se encontra em todos nós, seres humanos pelo menos, e, por consequência, a ideia torna-se mais flexível e mais bem compreendida, isto quanto ao que a fundamenta, eu acho.</p>	<p>Décima nona unidade de significado reincide na capacidade que a música possui de ajudar na compreensão de uma ideia, devido à sua solicitação da expressão afectiva.</p>	
<p>20. Em suma, embora me tenha referido a diversas coisas, há uma central que é esta:</p>	<p>Vigésima unidade de significado resume a ideia de que toda a criação musical é</p>	<p>20 – P1 reforça a ideia de que toda a criação é precedida pela necessidade de preencher</p>

<p>em todo o ato de criação musical, precede o preenchimento de alguma lacuna, lacuna esta que, a mim, me faz mobilizar a minha expressão criativa traduzida num ato musical como resposta a uma lacuna.</p>	<p>precedida pela necessidade de preencher uma lacuna emocional do sujeito, e é por esta existir que se procede à criação musical.</p>	<p>uma lacuna emocional do sujeito, e que é por esta existir que se procede à criação.</p>
<p>21. É um <i>de-mim pensável para um mim-afetivo com recurso interativo</i>. De outro modo, todo o ato musical criativo meu é exposto, no mínimo a uma pessoa.</p>	<p>Vigésima primeira unidade de significado é posta no facto de que o artista expõe a sua obra pelo menos a uma pessoa.</p>	<p>21 – P1 menciona o facto de todas as suas obras serem expostas pelo menos a uma pessoa.</p>
<p>22. Em tom de conclusão, estes são os tópicos que me ocorrem ao refletir sobre os momentos que precedem o ato musical criativo.</p>	<p>Vigésima segunda unidade de significado reforçam que os tópicos mencionados são aqueles que precedem a criação musical.</p>	<p>22 – P1 reforça que os tópicos mencionados anteriormente são aqueles que precedem a criação.</p>
<p>23. No decorrer do processo, de alguma forma, acima, já fui tocando num ou noutro ponto, contudo, o grosso do processo e porque gosto mais de</p>	<p>Vigésima terceira unidade de significado incide no facto de que ao criar uma música toda, o sujeito experimenta várias sequências de notas.</p>	<p>23-25 – P2 incide na necessidade de experimentar diversas técnicas, com base em diversos conhecimentos teóricos, ao longo do processo, de forma a</p>

<p>procurar criar uma música toda ela minha, experimento várias sequências de notas,</p>		<p>contribuir para o mesmo.</p>
<p>24. e quando procura algo em específico, procuro movimentar-me dentro da teoria musical que me permite ter uma ideia muito mais clara acerca da progressão musical e até onde pode ser extensível. Este são dois aspetos que, constantemente procuro: a progressão harmónica e a extensibilidade.</p>	<p>Vigésima quarta unidade de significado reflecte a procura pelo sujeito de se movimentar nas suas competências teóricas e técnicas ligadas à música para contribuir para o seu processo de criação.</p>	
<p>25. Isto leva-me, com base nos conceitos da teoria musical, desenvolver progressões que harmonizem, mas sempre na lógica de tentativa-erro</p>	<p>Vigésima quinta unidade de significado reforça o uso dos conhecimentos teóricos na criação, e a estratégia de tentativa-erro.</p>	
<p>26. até que sinta que é <i>aquilo</i>, o que eu quero</p>	<p>Vigésima sexta unidade de significado demonstra que este processo continua até a obra se enquadrar com os seus sentimentos.</p>	<p>26-27 – P2 afirma que o processo de criação só termina quando o sujeito sentir que a sua obra se enquadra com os seus sentimentos. Até lá o</p>

<p>27. e, depois, como me entusiasmo, procuro ver até onde é que vai, desde a experimentação rítmica, até a forma como as cordas da guitarra são tocadas.</p>	<p>Vigésima sétima unidade de significado reflecte o entusiasmo sentido pelo sujeito no momento de criação e o facto de isto o motivar à experimentação a nível técnico.</p>	<p>sujeito diz sentir-se entusiasmado e que isso o leva a experimentar a nível técnico.</p>
<p>28. E, enquanto vou fazendo isso, esqueço-me do tempo, das minhas atividades em geral, dos conflitos que possam decorrer no momento, enfim, não dou pelo tempo passar.</p>	<p>Vigésima oitava unidade de significado incide no facto de no momento de criação o sujeito perder a noção do tempo, de outras actividades e até de conflitos.</p>	<p>28-29 – P2 acrescenta que no momento da criação, perde a noção do tempo, ignorando outras actividades e conflitos. Ainda, sente que se encontra concentrado em tudo e nada ao mesmo tempo,</p>
<p>29. E, outra coisa que me acontece é um género de flutuação da atenção, estou concentrado em tudo e nada ao mesmo tempo. Tudo porque, tudo quanto faço está a ser audível e alvo de análise. Nada porque, estou a ver até onde é que consigo chegar. É quase como se estivesse <i>cheio de nada</i>.</p>	<p>Vigésima nona unidade de significado assenta naquilo que o sujeito denomina de flutuação de atenção, na medida em que está concentrado em tudo e em nada ao mesmo tempo. Sente-se preenchido com o nada.</p>	
<p>30. Há um espaço que</p>	<p>Trigésima unidade de</p>	<p>30-31 – P2 reflecte sobre</p>

<p>circunscrita os conjuntos de infinitos, isto é, de possibilidades musicais, sem que esse espaço esteja preenchido e sim a <i>ser-preenchido</i>, ou seja, é um espaço em que a expressão musical encontra lugar e daí reflete-me, internamente, <i>qualquer coisa</i>, e eu aproprio-me dessa <i>coisa</i>, para a tornar minha e em obra de arte.</p>	<p>significado assenta na existência de inúmeras possibilidades musicais, as quais o sujeito vai usando para preencher a sua obra, reflectindo-o a ele, e sendo sua.</p>	<p>a existência de inúmeras possibilidades face à criação, as quais o sujeito vai reflectir sobre para preencher a sua obra. No fundo é um processo de adaptação do material e da ideia.</p>
<p>31. É quase como se sentisse que se vai esculpindo um peça, reflexo do material que existe e do molde onde este existe, que não tem forma nem conteúdo, e ambos se vão desenvolvendo e adaptando no decorrer do processo.</p>	<p>Trigésima primeira unidade de significado parte da existência de um material, juntamente com uma ideia que não tem forma nem conteúdo, que se vão adaptando ao longo do processo de criação.</p>	
<p>32. Quando sinto que está terminado, tenho de ouvir e reouvir, para dar conta dos</p>	<p>Trigésima segunda unidade de significado assenta na repetição, como forma de</p>	<p>32-35 – P2 fala da importância da repetição, como forma de pormenorizar o</p>

<p>pormenores. Inicialmente, o que pretendo é a estrutura, só depois os pormenores.</p>	<p>pormenorizar o desenvolvimento da música.</p>	<p>desenvolvimento da criação, permitindo-lhe aprimorar as suas competências. Devendo este ser um processo</p>
<p>33. Recordei-me, agora, de que este ouvir e reouvir é fundamental em todas as partes do processo. Quer para encontrar a estrutura quer para acrescentar os pormenores.</p>	<p>Trigésima terceira unidade de significado reforça a necessidade da repetição exaustiva ao longo do processo.</p>	<p>exaustivo que permite, também, que a obra comunique algo ao próprio sujeito.</p>
<p>34. Porque é neste ouvir e reouvir que a música é uma outra entidade, não-eu, embora posse minha, que me comunica alguma coisa e,</p>	<p>Trigésima quarta unidade de significado incide no facto da repetição permitir também que a obra, sendo do sujeito, lhe comunique alguma coisa.</p>	
<p>35. para isso, há que decifrar o que é, tal que, procuro mais do que ouvir, saber ouvir e mais precisamente saber o que ouvir e onde ouvir, seja uma nota, um som que não uma nota, seja um silêncio, seja a conjugação de um, ou mais do que um destes fatores em</p>	<p>Trigésima quinta unidade de significado foca-se no facto de na repetição o sujeito procurar aprimorar as suas capacidades auditivas.</p>	

combinações diversas.		
36. Por vezes, são horas inteiras e sucessivas nisto,	Trigésima sexta unidade de significado foca-se nas horas dispendidas no processo.	36-37 – P2 assenta na perda da noção do tempo e das horas que por vezes são dispendidas no processo.
37. de tal modo que o dia e a noite deixam de existir e a dimensão espaço-tempo, passa a ser outra.	Trigésima sétima unidade de significado trata da perda de noção do tempo e espaço.	
38. É quase como se a música, pudesse ser, também, um veículo que me transporta para uma outra realidade contida numa outra, sem que esta outra deixe de existir – no fundo <i>coexiste</i> .	Trigésima oitava unidade de significado mostra a capacidade da música se tornar um veículo que transporta o sujeito para uma outra realidade, não deixando de fazer parte da sua realidade.	38 – P2 fala da capacidade da arte de ser um veículo que transporta o sujeito para uma outra realidade, não deixando de fazer parte da sua realidade.
39. A matéria e a não-matéria passam a ter outras expressões, outras nomenclaturas, outras funções. E, neste sentido, só quando existe sinal de alarme físico ou quando fica concluída há uma paragem. Até lá, enquanto o término não chegar, tudo permanece na continuidade na	Trigésima nona unidade de significado mostra que o sujeito só interrompe o processo quando existe sinal de alarme físico ou quando fica concluída a música.	39 – P2 explica que só interrompe o processo quando existe algum sinal físico ou quando dá por terminada a sua obra.

<p>medida do possível.</p>		
<p>40. Por fim, o momento após. É das melhores sensações. Acho que mais do que um sentido de missão cumprida, há a sensação de cumprimento pessoal, ou, de outro modo, de realização pessoal.</p>	<p>Quadragésima unidade de significado assenta no momento após terminada a obra, sendo descrita como uma sensação bastante positiva, havendo um sentimento de um objectivo cumprido e de realização pessoal.</p>	<p>40-42 – P2 descreve o momento após a criação como sendo algo bastante positivo, havendo um sentimento de objectivo cumprido e de realização pessoal. Ocorreu uma transformação que inclui diversos pólos que se completam e por isto considera a sua obra uma obra perfeita, sendo esta o auge da expressão.</p>
<p>41. Há uma transformação de algo, seja lá o que for, que integra um ausente-presente, um lacunar-preenchido, um mau-bom, um conflito-paz e, que por esse mesmo motivo, por ser tão completo, que de tão completo ser torna-se obra perfeita.</p>	<p>Quadragésima primeira unidade de significado fala de uma transformação que ocorreu, que inclui diversos pólos que se completam, e por isto considera a sua obra uma obra perfeita.</p>	
<p>42. Reunir numa só entidade, não-eu, mas posse minha, o negativo-positivo de um espaço-tempo que simultaneamente contém e está contido, é pensável e afetivo e simultaneamente não-pensável e não-afetivo</p>	<p>Quadragésima segunda unidade de significado reforça a ideia da música, como entidade, possuída pelo sujeito, que inclui em si diversos pólos que se completam e como tal considera o acto de criação musical o auge da expressão.</p>	

só pode tornar o ato musical criativo uma expressão de Obra Suprema de Ordem Primeira, de Arte Divina de Vontade Perfeita – <i>A Perfeição Materializada!</i>		
---	--	--

ANEXO H – Transformação das Unidades de Significado em Expressões de Carácter  
Psicológico do Participante 3

Unidades de Significado	Unidades de Significado Psicológico	
<p>1. A minha experiência quanto ao processo de criação artística é algo um pouco difícil de descrever por palavras escritas, tem uma dimensão experiencial muito forte, no entanto tentarei ser o mais claro possível.</p>	<p>Primeira unidade de significado assenta na dificuldade que o sujeito apresenta por pôr em palavras a sua experiência acerca do processo de criação artística.</p>	<p>1 – P3 descreve a sua dificuldade em expressar por palavras a experiência do processo de criação artística.</p>
<p>2. Os momentos antes de começar a criar algo em concreto passam nomeadamente pela fase da tal “inspiração” que poderá ser um estado mais ou menos constante.</p>	<p>Segunda unidade de significado incide na inspiração precedente à criação, que pode ser um estado mais ou menos constante.</p>	<p>2-4 – P3 explica que antes de criar há um estado mais ou menos constante de inspiração. Explica, ainda, que o sujeito pode não apresentar o mesmo nível de inspiração em todos os momentos, devido a diversos factores. Quando o este se encontra sujeito a</p>
<p>3. Ou seja, existem alguns momentos ou períodos de tempo em que não sinto que tenha essa mesma “inspiração” para criar, muitas vezes</p>	<p>Terceira unidade de significado realça o facto de esta inspiração poder ser flutuante, uma vez que o sujeito pode não apresentar o mesmo nível de inspiração sempre.</p>	<p>emoções mais negativas, existe uma espécie de bloqueio desta.</p>

<p>por questões emocionais ou por estar focado noutras áreas da minha vida, nomeadamente os estudos e o trabalho, que, infelizmente, não se relacionam diretamente com a minha arte.</p>	<p>Devido a factores emocionais, ou estar focado noutras áreas da sua vida, que não se relacionam com a sua arte.</p>	
<p>4. Emocionalmente, normalmente quando sinto que tenho algum stress acumulado ou quando sinto um pouco mais melancólico normalmente a questão da inspiração fica um pouco “bloqueada”.</p>	<p>Quarta unidade de significado explica que quando se encontra sujeito a emoções mais negativas, existe uma espécie de bloqueio nesta inspiração.</p>	
<p>5. O que é que me suscita a tal “inspiração”</p>	<p>Quinta unidade de significado aponta para uma reflexão acerca da origem da inspiração do sujeito.</p>	
<p>6. Bem, existe um leque quase infinito de possibilidades que me possam inspirar de modo a criar algo.</p>	<p>Sexta unidade de significado demonstra as inúmeras possibilidades de origem de inspiração, podendo vir de temas mais gerais, ou até de um</p>	<p>6-7 – P3 demonstra os inúmeros factores que podem motivar a sua inspiração de algum modo, sendo tanto temas mais gerais, como um</p>

<p>Nomeadamente, moda, jogos, uma pessoa num autocarro, uma peça de roupa, uma flor, uma cor, etc...</p>	<p>pormenor, ambos exteriores ao sujeito.</p>	<p>pormenor, exteriores a ele. Assim, há quase como uma força, que leva o sujeito a ter vontade de criar, a dar forma ao sentimento que o objecto</p>
<p>7. A lista é quase infundável, mas existe uma espécie de chamamento, talvez. Acresce assim a vontade de criar, de dar forma a alguma coisa, ou pelo menos dar forma ao sentimento que esse objecto, pessoa ou momento transmitiu.</p>	<p>Sétima unidade de significado aponta para a existência de uma força, que leva o sujeito a ter vontade de criar, a dar forma ao sentimento que o objecto de inspiração transmitiu.</p>	<p>de inspiração transmitiu.</p>
<p>8. No meu caso, a minha arte cinge-se muito ao desenho livre, sendo que sempre foi uma das minhas actividades preferidas desde pequeno, e simplesmente nunca parei desde então.</p>	<p>Oitava unidade de significado reflecte a permanência da arte na vida do sujeito desde sempre, sendo uma das actividades preferidas do mesmo.</p>	<p>8 – P3 incide na permanência da arte ao longo da sua vida, e a sua preferência por esta.</p>
<p>9. Costumo ter uma tendência para as figuras humanas nomeadamente a</p>	<p>Nona unidade de significado mostra a preferência do sujeito por um determinado tema a ser</p>	<p>9 – P3 sugere alguma preferência num determinado tema a ser usado nas suas obras.</p>

<p>forma feminina. Tenho tendência para desenhar rostos, corpos, poses, cabelos,</p>	<p>usado nas suas obras.</p>	
<p>10. tendo ainda alguma dificuldade em desenhar corretamente os membros mais complexos do corpo humano como é o caso das mãos e dos pés.</p>	<p>Décima unidade de significado trata das dificuldades técnicas que o sujeito apresenta.</p>	<p>10-11 – P3 menciona algumas dificuldades técnicas que possam surgir durante o processo. E, uma vez que não teve formação profissional na área, não utiliza técnicas e materiais muito elaborados.</p>
<p>11. Devo indicar, também que nunca tive formação em artes plásticas e que as técnicas que costumo utilizar não são as mais elaboradas, costumo apenas precisar de um pedaço de papel e um lápis ou caneta (tendo preferência pelas canetas BIC).</p>	<p>Décima primeira unidade de significado incide no facto de o sujeito nunca ter tido formação profissional e que isso influencia as técnicas e materiais que este usa, não sendo tão elaboradas.</p>	
<p>12. Ou seja, a maneira como costumo criar é algo orgânico e espontâneo, muito vazio de qualquer técnica mais formal,</p>	<p>Décima segunda unidade de significado mostra que o processo de criação é algo quase orgânico e muito espontâneo para o sujeito,</p>	<p>12 – P3 mostra que o seu processo de criação é algo quase orgânico e muito espontâneo, independentemente das técnicas mais formais.</p>

	independentemente das técnicas mais formais.	
13. no entanto procurei algumas fontes e modos de proceder através da Internet, nomeadamente manuais e tutoriais online. Exemplos do que aprendi por auto-ditatismo seria a utilização de formas básicas para composição, linhas orientadoras, noção de perspetiva e noções de claro-escuro.	Décima terceira unidade de significado está relacionada com a necessidade de procura, por parte do sujeito, de mais conhecimentos e técnicas que contribuam para a sua criação.	13 – P3 incide na necessidade de procura de mais conhecimentos e técnicas de forma a contribuir na sua criação.
14. Após o momento inspirador, digamos assim, (por vezes começo a fazer rascunhos quando estou aborrecido ou enfadado) tento visualizar na minha cabeça o que quero passar para o papel, ou seja, se vou fazer um corpo inteiro, se vou fazer um rosto, em que posição, expressão facial, por	Décima quarta unidade de significado diz respeito à tentativa de pré-visualização da obra ainda imaginária, para passar posteriormente para o papel. Definindo algumas linhas orientadoras daquilo que espera alcançar.	14 – P3 tenta pré-visualizar a sua obra, ainda imaginária, para posteriormente a passar para o material utilizado.

aí.		
15. Depois disto, começo no papel a compor a figura que quero fazer em formas básicas e utilizando linhas orientadoras começo a construir, de forma quase arquitectónica, o que quero fazer.	Décima quinta unidade de significado descreve o momento em que o sujeito passa as suas ideias para o papel, ainda sem grandes pormenores, utilizando apenas linhas gerais.	15-17 – P3 descreve o momento em que passa as suas ideias para o material utilizado, ainda sem grande foco nos pormenores. Afirma que este processo não é estritamente rígido, uma vez que o sujeito vai adaptando a sua ideia
16. Este processo não é tão rígido quanto isso. Muitas vezes, começo com uma forma aleatória e vou construindo os membros, ou as feições consoante a forma que desenhei em primeiro lugar.	Décima sexta unidade de significado passa a ideia de que este processo não é estritamente rígido, na medida em que o sujeito vai adaptando a sua ideia àquilo que vai construindo.	àquilo que vai construindo. Este processo é passível de espontaneidade e não tem que seguir exactamente a sua ideia inicial.
17. Ou seja, pode ser passível de espontaneidade e não de uma ideia em concreto também.	Décima sétima unidade de significado é posta no facto de este processo ser passível de espontaneidade e não ter que seguir uma ideia em concreto.	
18. Por vezes, tenho tendência a usar um traço muito sujo de maneira a “corrigir” as linhas que deteto que estão incorrectas	Décima oitava unidade de significado assenta sobre momentos de correcção, a nível técnico, que permitem ao sujeito ajustar a obra à sua expectativa.	18-20 – P3 menciona momentos de correcção, após a materialização inicial da sua ideia, a nível técnico, ajustando a obra à sua expectativa,

ou as formas não estão com as proporções como gostaria que tivessem.		concentrando-se nos pormenores.
19. E daqui vou acrescentando pormenores, o cabelo, a boca, a roupa, e outros elementos acessórios, como por exemplo, espaço negativo, animais, símbolos, e outros.	Décima nona unidade de significado trata dos pormenores que vai adicionando e tendo em atenção ao longo do processo.	
20. Em suma, começo sempre por criar uma espécie de esqueleto que vou dando forma consoante aquilo que visualizo ou então consoante a maneira que “está a ficar” no papel de maneira a ficar agradável, do meu ponto de vista.	Vigésima unidade de significado foca-se na criação tendo por base um rascunho de linhas gerais, que vai sendo ajustado com aquilo que o sujeito pretende.	
21. Costumo fazer muitos rascunhos e tenho uma tendência geral para deixar muitos trabalhos inacabados	Vigésima primeira unidade de significado incide no facto de o sujeito muitas vezes não terminar o seu trabalho, ficando apenas pelos rascunhos.	21 – P3 foca-se no facto de muitas vezes não terminar os seus trabalhos.
22. mas geralmente mais	Vigésima segunda unidade	22-23 – P3 retrata a

<p>“finalizados” ou não, a obra final nunca está de acordo com a visualização inicial.</p>	<p>de significado retrata a dissonância entre a obra final e a sua visualização inicial.</p>	<p>dissonância que geralmente acontece entre a obra final e a sua visualização inicial, o que</p>
<p>23. O facto de isto acontecer já funcionou muitas vezes como uma desmotivação, por fazer-me sentir um pouco frustrado com o meu trabalho, isto de não conseguir transmitir para o papel exatamente o que vejo na minha cabeça.</p>	<p>Vigésima terceira unidade mostra como o sujeito se sente muitas vezes desmotivado e frustrado, pelo facto da obra não coincidir com a sua imaginação prévia.</p>	<p>deixa muitas vezes, o sujeito desmotivado e frustrado.</p>
<p>24. No entanto, com as pesquisas e pela experiência também, apercebi-me que só fazendo, experienciando e desligando o botão do perfeccionismo é que realmente se consegue ter resultados mais relevantes e que são visíveis a curto e a longo prazo.</p>	<p>Vigésima quarta unidade de significado incide na capacidade de o sujeito não se focar no perfeccionismo e tentar, experienciar, para conseguir realmente obter resultados mais relevantes.</p>	<p>24-25 – P3 menciona almejar não se focar tanto no perfeccionismo, de modo a obter resultados mais relevantes. Assim, procura constantemente uma postura mais relaxada e de mente aberta, que contribui para o processo de criação, bem como na maneira como ele se sente após terminada a obra.</p>
<p>25. Aprendi recentemente a</p>	<p>Vigésima quinta unidade assenta numa postura, por</p>	

<p>“soltar o traço” e deixar-me ir no próprio processo, com mente aberta e relaxada, acabando por aceitar melhor qualquer resultado que “saia” no papel,</p>	<p>parte do sujeito, mais relaxada e de mente aberta, deixando-se ir no próprio processo, que acaba por contribuir no processo de criação, bem como na maneira como ele se sente após terminado.</p>	
<p>26. conseguindo aprender com aquilo que acho desagradável e criando momentos de maior satisfação com a minha arte em geral.</p>	<p>Vigésima sexta unidade de significado permite-nos ver que o sujeito aprende até com aquilo que é desagradável, dando origem a uma maior satisfação da sua parte face às suas obras.</p>	<p>26 – P3 aprende durante o processo com as coisas positivas e até com as coisas negativas, dando-lhe uma maior satisfação em relação às suas obras.</p>
<p>27. Tirando a frustração, normalmente durante todo este processo sinto-me relativamente calmo e concentrado no que estou a fazer e de “cabeça limpa”, não sei descrever de outra forma. Ou seja, não tenho grandes episódios de pensamentos intrusivos,</p>	<p>Vigésima sétima unidade de significado mostra-nos que excluindo os momentos em que sente frustração, durante todo o processo sente-se calmo e concentrado, de “cabeça-limpa”, conseguindo abstrair-se de outros pensamentos.</p>	<p>27 – P3 mostra que, fora os momentos em que sente alguma frustração, durante o resto do processo sente-se calmo, concentrado e de “cabeça-limpa”, sendo capaz de se abstrair de outros pensamentos.</p>
<p>28. parecendo que quando estou a desenhar o mundo</p>	<p>Vigésima oitava unidade de significado, incide sobre a sensação de que o</p>	<p>28 – P3 incide sobre a sensação de que o mundo pára de girar quando cria.</p>

<p>pára de girar por um momento enquanto estou debruçado no papel.</p>	<p>mundo pára de girar enquanto cria.</p>	
<p>29. Por isto, confesso que tem completamente propriedades terapêuticas e que me ajuda imenso a lidar com as experiências emocionais de outra forma.</p>	<p>Vigésima nona unidade de significado atribui propriedades terapêuticas ao processo de criação, ajudando o sujeito a lidar com as suas experiências emocionais.</p>	<p>29-30 – P3 atribui propriedades terapêuticas ao processo de criação, uma vez que o ajuda a lidar com as suas experiências emocionais. Também, por incluir sentimentos de satisfação e alegria.</p>
<p>30. Além disto, também existe a questão, a qual eu acho bastante particular, do sentimento de satisfação, e talvez de alegria, de criar algo que é completamente independente de mim,</p>	<p>Trigésima unidade de significado diz respeito a sentimentos de satisfação e alegria por criar.</p>	
<p>31. mas no entanto que consegue transmitir muitas vezes, certas coisas que não consigo verbalizar. Na minha opinião,</p>	<p>Trigésima primeira unidade de significado incide na capacidade de expressão do sujeito, através da obra, que se reflecte em alterações a</p>	<p>31-32 – P3 descreve a capacidade de expressão do sujeito, através da obra, que podem ser manifestadas em alterações a nível prático,</p>

no meu caso isto aplica-se no traço, nas diferenças de pressão, se é mais sujo, se é mais limpo.	nível prático.	reflectindo o sujeito quase como um espelho.
32. De certa maneira é como se fosse um espelho.	Trigésima segunda unidade de significado faz um paralelo entre a obra e um espelho, na medida em que reflecte o sujeito.	
33. Após terminado, gosto de apreciar um pouco o meu trabalho e averiguar o que sinto relativamente à peça em questão, ou seja, se é do meu agrado ou não.	Trigésima terceira unidade de significado descreve o momento após o término da obra, no qual o sujeito aprecia o resultado e tenta averiguar aquilo que sente em relação a este.	33 – P3 descreve que, após terminada a obra, aprecia o resultado e tenta averiguar aquilo que sente em relação a esta.
34. Peço opiniões de amigos e conhecidos muitas vezes, de maneira a receber alguma crítica externa que não seja apenas a minha de modo a poder averiguar melhor certos aspectos a melhorar.	Trigésima quarta unidade de significado trata da exposição da obra a pessoas conhecidas, com o intuito de receber críticas construtivas, para mais tarde aplicar.	34 – P3 destaca o facto de expor a sua obra a pessoas conhecidas com o intuito de receber críticas construtivas, para mais tarde aplicar.
35. E quanto ao que sinto quando termino	Trigésima quinta unidade de significado foca-se no	35-37 – P3 sente que, após terminada a obra, existe

<p>é um pouco isso, sinto que há sempre espaço de sobra para melhorias e procuro sempre almejar nesse sentido.</p>	<p>facto do sujeito, após terminada a obra, sentir que há ainda espaço para melhorias.</p>	<p>sempre espaço para melhorias. Uma vez que o seu objectivo é o de propagar o belo, num nível próximo da perfeição. Isto fá-lo sentir alguma pressão não essencial.</p>
<p>36. O contributo que quero dar ao mundo neste aspecto é o de propagar o belo com os meus desenhos,</p>	<p>Trigésima sexta unidade de significado prende-se com o objectivo do sujeito de propagar o belo, através da sua arte.</p>	
<p>37. e muitas vezes coloco em mim alguma pressão, talvez desnecessária, de transmitir essa beleza com o maior grau de perfeição possível.</p>	<p>Trigésima sétima unidade de significado trata do facto do sujeito sentir alguma pressão, não essencial, de transmitir essa beleza num nível próximo da perfeição.</p>	

ANEXO I – Transformação das Unidades de Significado em Expressões de Carácter Psicológico do Participante 4

Unidades de Significado	Unidades de Significado Psicológico	
1. Nunca esperei que falar sobre o que mais nos absorve, o que mais sentimos quando fazemos o que gostamos fosse tão complexo.	Primeira unidade de significado assenta no facto de o sujeito sentir que falar sobre o seu acto criativo é algo bastante complexo.	1 – P4 sente que falar sobre o seu acto criativo é algo bastante complexo.
2. O que essencialmente acontece comigo é simples: sou alguém que tem um grave problema com a memória.	Segunda unidade de significado incide nas características negativas da memória do sujeito.	2-3 – P4 incide nas características negativas da sua memória, e os vários mecanismos que foi experimentando para manter memórias marcantes acessíveis.
3. Desde que me recordo tento	Terceira unidade de significado descreve os	

<p>escrever ou arranjar ou outro qualquer mecanismo, para não me esquecer de algum momento, situação ou mesmo um sentimento que, numa pequena fração de segundos, fez alguma diferença no meu sentir.</p>	<p>vários mecanismos que o sujeito foi experimentado, para manter determinadas memórias, que a marcaram, facilmente acessíveis.</p>	
<p>4. Tentar reter na memória uma pequena partícula que me voltasse a colocar naquele sítio, àquela hora.</p>	<p>Quarta unidade de significado incide no facto de o sujeito querer voltar a um momento específico, na sua memória.</p>	<p>4-5 – P4 pretende voltar a um momento específico na sua memória e criar permite transportar-se para esse momento, de novo.</p>
<p>5. A fotografia ajuda-me nesse sentido. Posso dar-me àquele pequeno luxo de esquecer e, ao olhar para uma fotografia, ser automaticamente transportada para aquele momento (mais uma vez, nem que seja por uma fração de segundos).</p>	<p>Quinta unidade de significado reflecte a capacidade da fotografia de transportar o sujeito para aquele momento, de novo.</p>	

<p>6. Não o faço apenas por essa razão, obviamente, mas também por amor a tudo que é visualmente belo.</p>	<p>Sexta unidade de significado explica que o sujeito também fotografa por amor ao que é visualmente belo.</p>	<p>6 – P4 explica que também cria pelo amor que tem ao que é visualmente belo.</p>
<p>7. Desde que comecei a tentar, sozinha, entender a magia do analógico percebi que algumas coisas merecem uma segunda oportunidade de um olhar.</p>	<p>Sétima unidade de significado passa pelo facto de ao aprender sozinha, mais sobre o material que utiliza, aprendeu a focar-se melhor em determinadas coisas.</p>	<p>7 – P4 mostra que ao aprender sobre o material que utilizar, aprendeu a focar-se melhor em determinadas coisas.</p>
<p>8. Seja algo material, ou não, começo inevitavelmente a tentar recriar na minha cabeça um cenário paralelo onde quero encaixar o que vejo.</p>	<p>Oitava unidade de significado incide na inevitabilidade de recriar imaginariamente um cenário paralelo, de maneira a encaixar aquilo que lhe captou a atenção.</p>	<p>8 – P4 incide no facto de imaginar uma determinada imagem da obra antes de criar.</p>
<p>9. O facto de um filme ser limitado a 24 ou 36 fotografias obriga a que seja precisa e a que seja paciente até encontrar o momento perfeito.</p>	<p>Nona unidade de significado trata o facto de o material apresentar as suas limitações, e deste modo obrigar o sujeito a ser paciente e alcançar o produto perfeito.</p>	<p>9 – P4 trata o facto de o material apresentar as suas limitações, e deste modo obrigar o sujeito a ser paciente e alcançar o produto perfeito.</p>

<p>10. Não fotografo sempre mas tento sempre andar com a Nikon como um apêndice.</p>	<p>Décima unidade de significado mostra que o sujeito não se encontra sempre a criar, mas tenta andar com o seu material o máximo possível.</p>	<p>10 – P4 mostra que o sujeito não se encontra sempre a criar, mas tenta andar com o material necessário sempre que possível.</p>
<p>11. Observo o cenário, as pessoas, as coisas, as cores, as luzes e clico.</p>	<p>Décima primeira unidade de significado menciona os vários factores que o sujeito tem em conta ao criar.</p>	<p>11 – P4 menciona os vários factores que o sujeito tem em conta ao criar.</p>
<p>12. Não há volta a dar depois disso. Não há arrependimento, saia como sair, vou lembrar-me de como pensei e no que analisei antes de pressionar o botão.</p>	<p>Décima segunda unidade de significado mostra que não há arrependimento após criar, lembrando-se sempre daquilo que pensou e analisou naquele momento.</p>	<p>12 – P4 mostra que não há arrependimento após criar, lembrando-se sempre daquilo que pensou e analisou naquele momento.</p>
<p>13. Tento pensar como irei trata-la quando a ampliar. jogar com contrastes e sombras até encontrar o balanço certo que à minha cabeça seja o mundo paralelo que estou a pensar criar.</p>	<p>Décima terceira unidade de significado foca-se nas técnicas a utilizar para que a obra vá de encontro à sua ideia pré-visualizada.</p>	<p>13 – P4 foca-se nas técnicas a utilizar para que a obra vá de encontro à sua ideia pré-visualizada.</p>
<p>14. A descrição que agora faço é até</p>	<p>Décima quarta unidade de significado reforça a ideia</p>	<p>14 – P4 reforça a ideia de que descrever o acto</p>

<p>complicada para mim, tudo isto acontece num curto espaço de tempo onde o pensamento já é automático e onde há uma habituação da minha parte.</p>	<p>de que descrever o processo de criação artística é bastante complexo, uma vez que acontece num curto espaço de tempo onde o pensamento já é automático e habitual.</p>	<p>criativo é bastante complexo, uma vez que acontece num curto espaço de tempo cujo pensamento é automático e habitual.</p>
<p>15. Creio que, para mim, não posso, nem me faz sentido tirar fotografias exaustivamente. Há que fazer uma seleção mental daquilo que é bom fotografar.</p>	<p>Décima quinta unidade de significado mostra que não faz sentido para o sujeito criar exaustivamente, deve ser feita uma selecção prévia do que irá ser criado.</p>	<p>15-16 – P4 mostra que não faz sentido criar exaustivamente, pois retira a beleza à criação. O sujeito preza a paciência.</p>
<p>16. Fazer clique sem parar retira o belo à fotografia, banaliza-a e torna-se desinteressante. Saber esperar e ser paciente é a melhor solução para mim.</p>	<p>Décima sexta unidade de significado reforça que criar exaustivamente retira a beleza à criação e torna-a desinteressante. O sujeito preza a paciência.</p>	