



CATÁRTESE: DESENHO DE UMA TÉCNICA TERAPÊUTICA

Sofia Nobre

Doutoranda em Psicologia na Facultad de Educación da Universidad de Extremadura, Badajoz (España). Mestre em Psicologia Clínica e Psicoterapias pela Escola Superior de Altos Estudos do ISMT, Coimbra (Portugal). Formação artística pela Ecole Supérieure des Arts et Techniques de la Mode - ESMOD International, Paris (France). Investigadora do CEPESE - Centro de Estudos da População, Economia e Sociedade. Email. sofiano-bre.psi@gmail.com. Tlf. +351 96 316 1234. Rua de Moçambique, nº245 – 3030-062 Coimbra – Portugal.

Florencio Vicente Castro

Catedrático de Psicologia Facultad de Educación da Universidad de Extremadura, Badajoz (España). Académico de la Academia Internacional de Psicología. Asesor del Foro Permanente de la Europa Social. Premio Juan Huarte de San Juan de Psicología 2010.

Maria Lapa Esteve

Professora Doutora em Psicologia e Pós-Doutoranda em Psicologia na Facultad de Educación da Universidad de Extremadura, Badajoz (España). Investigadora do CEPESE - Centro de Estudos da População, Economia e Sociedade.

Fecha de recepción: 11 de enero de 2013

Fecha de admisión: 15 de marzo de 2013

ABSTRACT

In a material world, of crisis, significantly of values, with educational patterns based on superficiality and consumerism and as in materials in obsolescence, where a product, good or service is rapidly substituted even if it is in a good state of use, urge a reflexion about the adequate therapeutic model to the *here and now*, although of inevitable frustration accumulation by the individual who became a repository of repressions, of this evolution, transformation and substitution fast world, as an increasing target of evaluations and judgments, discriminations, several requirements, both in terms of personal, and professional talents, for what he didn't been prepared or their competences been trained. In this sense, we propose a technique that we just dare to draw, of alliance between Psychology and Art. We named the technique as CathÁrtesis due to the revised Psychoanalysis knowledge association, mainly the catharsis concept, sublimation as resilience's attribute and/or source, and due to its curiosity about Art, Art Creation and Artists.

Keywords: Therapeutic technique, Art, Catharsis, Sublimation and Resilience.

RESUMO

Num mundo material, de crises, nomeadamente de valores, com padrões educacionais assentes na superficialidade e consumismo e tal como nos materiais na obsolescência, onde um produto, um bem ou serviço é rapidamente substituído ainda que se encontre em estado de boa utiliza-



CATÁRTESE: DESENHO DE UMA TÉCNICA TERAPÊUTICA

ção e uso, urge, repensar o modelo terapêutico adequado a um *aqui e agora*, todavia de acumulação inevitável de frustração pelo indivíduo actual, que no fundo se torna repositório de recalcamientos pelo crescente alvo em que se tornou, neste mundo rápido, célere e de evolução, transformação e substituição, de permanentes avaliações e julgamentos, discriminações, exigências várias, quer em termos pessoais, de talentos pessoais, como profissionais, para os quais não foi preparado ou treinadas as competências. Neste sentido, propomos uma técnica que nos atrevemos apenas a desenhar, de aliança entre Psicologia e Arte. Nomeamos a técnica de Catártese pela associação dos ensinamentos revistos da Psicanálise, fundamentalmente no conceito de catarse, de sublimação enquanto apanágio e/ou fonte de resiliência, e sua curiosidade na Arte, Criação Artística e Artistas.

Palavras-chave: Técnica terapêutica, Arte, Catarse, Sublimação e Resiliência.

CONSIDERAÇÕES INICIAIS: APRE(E)NDENDO O ARTISTA

Uma das grandes curiosidades na obra de Freud é a frequente associação da Arte à Terapia. São inúmeras as referências a artistas plásticos e visuais, poetas e romancistas. Também é de destacar a sua qualidade literária digna de um criador, de um artista e reconhecida pela atribuição, em 1930, do único prémio oficial recebido em vida, o Prémio Goethe, simultaneamente Literário e Científico. A relação entre Psicanálise e Arte, à luz de Freud (1911, 1980, 1989), Kon (1996) e Roudinesco, & Plon (2000), nasce da compreensão da valia terapêutica da catarse. Da mesma forma que o Psicanalista tenta libertar as forças das trevas e sombras instaladas no inconsciente para defesa do ego, trazendo para o consciente de forma mais iluminada e digestiva os elementos indigestos, também a produção artística serve esse mesmo propósito de libertar os elementos indigestos, pelo vômito visceral, reformulado enquanto obra que sai do ventre, como concepção, gestação e por fim no acto do nascimento, como se eternamente se tratasse de um primogénito, ao dar à luz a obra prima, ora visível, alcançável e palpável e por isso passível de aceitação e compreensão. Como o artista plástico Paul Klee (1973) dizia **“A arte não reproduz o visível, faz visível”**, Freud (1911) pretendia que o Psicanalista também ele fizesse o seu trabalho como o artista, que simplesmente abrisse o horizonte à libertação das metáforas criadas pelos analisandos, desvendando os conteúdos latentes e mais carregados, expressos pelas narrações, histórias mais realistas ou confabuladas, comportamentos e sintomas, desejos, sonhos, e produções artísticas. Recordando Christian Boltanski, um artista contemporâneo, que nos anos setenta elegia para a construção/elaboração das suas obras artísticas, pequenos objectos residuais recolhidos do quotidiano comum, e coleccionando-os, expunha como sendo a sua própria arte (“objectos transitivos”). Um dia, um jornalista, não resistiu a comentar-lhe: “Os objectos que apresenta como arte são idênticos aos que colecionam os loucos!” ao que Boltanski replicou: **“Os objectos recolhidos pelos loucos são fruto da sua própria loucura, enquanto que o meu acto [performativo] de os guardar, permite-me escapar à loucura.”**

A Arte é pois um processo de exploração criativa ou de criação, construção, significação, simbolização, e incessante re-exploração, re-criação, re-construção, re-significação, re-simbolização; potenciando-se ou promovendo-se o auto-conhecimento ou auto-consciencialização, seja por via catártica, vômito do podre visceral ou de sublimação, expurgação, sempre via da purificação do impuro, libertação das emoções recônditas, reféns, recalçadas.

Arte é tudo e tudo o resto é nada
Eça de Queirós (1884)

Apr(e)endendo o artista, reconhecemos que a interiorização de conceitos nem sempre se elabora enquanto processo consciente, é manifestada pelo artista ou pensador enquanto veículos de expressão de sentimentos, pensamentos, tantas vezes não consciencializados senão após oportuno



PSICOLOGÍA POSITIVA: DESARROLLO Y EDUCACIÓN

distanciamento e reinterpretação da catarse.

O objecto artístico ou a criação, produção de objecto de arte, é um acto fecundo e vital, catártico e extático, sai do ventre, sente-se. E Sentir é pois um Pensar maior, uma reflexão dentro d'alma, uma espiral entre razão e emoção, espiritual e carnal, negra e cândida, visceral e viva.

“A Poesia precisa de ter quem a entenda e quem a faça; e olha que nem sempre os que a entendem a fazem, nem os que a fazem a entendem”

Júlio Diniz in A Morgadinha dos Canaviais, 1868

Pois na grande maioria das vezes mecanismos puramente inconscientes operam nas expressões artísticas, porquanto ser insensato, “desmontar” manifestações de arte, sem estudar o artista. O artista será porventura, (sem ventura!) um adulto adverso à socialização mascarada de indiferença generalizada, que tal como a criança, sem real consciência do que “faz”, do que cria. Pois arte não se faz, arte sente-se. Tanto lhes devemos aos poetas, aos escultores, músicos e pintores, criadores, seres superiores, ou de supra-consciência, bem denunciada, na expressão do mais brilhante aforista, Óscar Wilde: Não é a arte que imita a natureza, é a natureza que imita a arte.

Apre(e)nder o Artista implica ter presente que a linha de raciocínio a seguir é a linha do meta-sentimento, ou do “despertar o que está para além do que se pensa sentir”, ou mais simplesmente do “pensar o sentimento” e encontrar as competências para desenhar o Sonho, este definido como Objectivo concreto, plausível com dimensão real em crescendo até à sua materialização plena, seja através de singela expressão de arte, seja em explosão de arte catártica.

O ser humano, enquanto ser idiossincraticamente social, dotado de consciência, e por conseguinte equipado com um aparelho mental, racional e emocional e de plástica neuronal, daí também relacional, com os inerentes condicionalismos situacionais e disposicionais, encontra-se em processo contínuo de reformulação de si, do mundo circundante, e da sua relação com este. Ou seja, cada indivíduo, enquanto arquitecto do seu próprio mundo, quer externo quer interno, é senhor das suas significações (embora não o seja em plena verdade!) uma vez que estas resultam, consoante as suas emoções, explorações, manifestações, explosões e catarses. As suas edificações de conteúdo são elaboradas mediante esse processo de relação e co-construção de significações, em constante evolução, mediante a interacção do arquitecto consigo mesmo e com o mundo, e mediante a sua resiliência ou capacidade de se adaptar, lidar consigo próprio e com o mundo. Convém assim sublinhar a relevância do estado emocional em co-criação do estado motivacional que tem uma influência extraordinária para vencer qualquer desafio, traduzindo-se em fonte de energia, prazer e satisfação, convocando a mais grata sensação, a de bem-estar, essencial a uma vida saudável ou não! (Nobre, S, 2011)

O ser humano é assim um objecto complexo, versátil, em constante mutação, assente em processos superiores de racional emocionalidade, ou emotiva racionalidade, em que o jogo dos contrastes é apanágio de humanidade, jogo esse fomentado pelos aparelhos, consciente e inconsciente, tanto de coerências como de inconsistências.

O ser humano e sua condição humana conflituosa *per si* remete-nos para a sua perpétua e iminente vulnerabilidade à perturbação. O ser humano é pois um dilema de definição, um ser *performativo*, em constante ebulição, mesmo que estável ebulição. Um ser à procura de si nos seus encontros e desencontros, no palco da vida, em jeito de sublime brincadeira, actua, explora, sente, desperta a catarse, pensa o que sente, integra, intui, resolve, cresce.

Nesse movimento de crescer e no início do processo de desenvolvimento da aprendizagem, na criança, inscreve-se a capacidade de representação activa, ou seja, a aprendizagem é mediada pela acção, em que “saber é principalmente saber fazer” (Bruner, 1966); num segundo plano, as ideias coabitam o espaço das emoções e motivações (até aos onze anos as crianças podem bloquear, sempre que remetidas para espaços de pensamento ou idealização de objectos que não gostem ou



CATÁRTESE: DESENHO DE UMA TÉCNICA TERAPÊUTICA

receiem) e quando a aprendizagem se insere em contextos de conflito, seja como obtenção de aprovação ou amor dos pais, ou como agente provocador de rivalidade entre irmãos, como Freud desenhou, torna-se carregada ou libidinizada, e estes laços afectivos que relacionam conceitos e ideias são frequentemente fortes e de difícil descongestionamento. Uma vez que sentimento, acção e pensamento podem entrelaçar-se de tal forma que ou se misturam de forma harmoniosa, ou se misturam formando massas disformes ou camadas desordenadas, e se bem que do caos nasce a ordem, a amálgama de sentimentos, pensamentos e acções pode armar a dissonância no indivíduo, levando-o à ruptura. Todavia se em vez de atropelo, se reunirem as condições para a boa contenção dos elementos (Klein, 1946, Bion, 1975), pode gerar-se a catarse, criando-se e revelando-se o objecto artístico, ou simplesmente, “fazendo-se” arte. E quando colocamos entre aspas fazer, é profundamente voluntário, porque arte não se faz, arte cria-se, gera-se, faz-se-lhe o parto como a um filho, sente-se. O objecto artístico ou a criação, produção de objecto de arte, é um acto fecundo e vital, catártico e extático, sai do ventre.

SENTIR: PENSAR MAIOR

Recordando Damásio (1995, 2003), sentir é pois um pensar maior, uma reflexão dentro d’alma, espiritual e cândida, visceral e viva, pois concluiu “ser a emoção precedente à cognição e esta depender principalmente daquela” e que “a emoção é a combinação de um processo avaliatório mental, simples ou complexo, com respostas disposicionais a esse processo, na sua maioria dirigidas ao corpo propriamente dito, resultando num estado emocional do corpo, mas também dirigidas ao próprio cérebro, resultando em alterações mentais adicionais” e ainda que “as emoções propriamente ditas – o medo, a felicidade, a tristeza, a simpatia e a vergonha – visam a regulação da vida, directa ou indirectamente. Não quer isto dizer que cada vez que nos emocionamos estejamos a contribuir imediatamente para a nossa sobrevida e bem-estar. Nem todas as emoções são iguais no que diz respeito à sua capacidade de promover sobrevida e bem-estar, e tanto o contexto em que a emoção ocorre como a sua intensidade tem muito a ver com os possíveis benefícios da emoção. Mas o facto de que certas emoções acabem por ser pouco ou nada adaptativas, em certas circunstâncias humanas actuais, não nega de forma alguma o papel adaptativo que essas funções desempenham na regulação da vida em fases bem diferentes da evolução”. A objectividade cartesiana, como no aforismo “penso, logo existo”, vai sendo substituída por: “Sou, sinto, mais logo penso”. As emoções são os grandes condicionantes dos pensamentos.

E Daniel Goleman (1995) escrevia que “na realidade, há muito mais subtilezas de emoção que palavras para as descrever” e que “todas as emoções são essencialmente impulsos para agir, planos de instância para enfrentar a vida”, que “cada emoção representa uma diferente predisposição para a acção, cada uma delas aponta-nos uma direcção que já noutras ocasiões resultou bem para enfrentar o mesmo tipo de problema” e que “as nossas emoções afirmam, guiam-nos quando temos de enfrentar situações e tarefas demasiado importantes para serem deixadas apenas a cargo do intelecto – perigo, grandes desgostos, persistir na prossecução de um objectivo malgrado todas as frustrações, ligarmo-nos a um companheiro ou companheira, fundar uma família”. Em 2006 escreve: “sem dúvida que muito do que torna a vida digna de ser vivida se resume ao que nos faz sentir bem-estar – a felicidade e a sensação de plenitude. E os relacionamentos de qualidade são uma das grandes fontes desses sentimentos. O contágio emocional significa que uma boa parte dos nossos estados de espírito nos chega através das interacções que temos com outras pessoas. Num certo sentido, os relacionamentos ressonantes são como vitaminas emocionais que nos dão força nos momentos difíceis e nos alimentam diariamente. Para pessoas do mundo inteiro, os relacionamentos alimentadores são a característica mais unicamente reconhecida de uma boa vida. Embora os aspectos específicos possam variar de cultura para cultura, toda a gente considera que um bom



PSICOLOGÍA POSITIVA: DESARROLLO Y EDUCACIÓN

relacionamento com os outros é o factor crucial de uma 'existência ótima'. A vitalidade nasce do contacto humano, especialmente das conexões em que existe amor. As pessoas de quem gostamos são uma espécie de elixir, uma inesgotável fonte de energia. As trocas neurais entre pai e filho, avô e neto, entre amantes ou entre um casal satisfeito, ou entre bons amigos, têm virtudes palpáveis.”

A categorização das funções cerebrais transformadoras do mundo sensorial em informação cerebral, passa pela atenção e concentração lhe dedicada, ignorando uns elementos, elaborando, significando – pensando e sentindo – outros. Como escreve Pio Abreu (2006), se a Consciência é o palco da nossa actividade psíquica, se a Atenção é a zona iluminada do palco, o **Sentimento** é, pelo menos, o cenário (ambiente e decoração do palco) perante o qual os diversos protagonistas – Pensamento, Imaginação, Percepção, Vontade – se exibem e interagem em simultâneo.

CONSIDERAÇÕES FINAIS: ENUNCIÇÃO DA TÉCNICA CATÁRTESE

CatÁrtese é o nome da técnica psicoterapêutica via Arte que deverá contemplar exposição ao sentimento-chave stressor de forma gradual, através de uma estimulação/proposta para realização/produção ou criação de objecto artístico, com nível de ansiedade crescente em doses razoáveis de provocação e desafio de limites ou despertares sensoriais.

Importa reflectir sobre o treino de resiliência a propor. Pois estamos no domínio terapêutico, que se quer de construção e edificação em alicerces consistentes de um mundo saudável e gerador de felicidade, não somente de alívio de sofrimento. Estamos no domínio terapêutico em que é crucial encontrar os meios de munir o cliente/analizando das ferramentas adequadas à sua idiossincrasia, e de treino das suas competências. Estamos pois no domínio de facilitação da catarse, da sublimação. E reflectindo na importância da criatividade, imediatamente recordamos a importância da capacidade de *rêverie* e continência enunciada por Melanie Klein (1975) e posteriormente destacada por Bion (1975), bem como da curiosidade de Freud (1911) e Lacan (1966) pela Arte e seus artistas. Freud (1911) no conceito de sublimação enunciou a resiliência, e posteriormente Lacan (1966) formulando que a forma de expressão ou elaboração dos conteúdos mais indigestos pode passar pela sua transformação em arte, consoante a criatividade do sujeito. A capacidade de resilir é fundamental enquanto via de tolerância à frustração e sublimação, e esta da sua capacidade criativa, resultando no impacto positivo de construção da felicidade. De facto, pelo estudo aprofundado de emoções, motivações e inerentes competências idiossincráticas e aprendidas para lidar com a frustração, a sublimação enunciada enquanto processo de resiliência surge como via catártica da frustração.

Todavia, para que se reúnam condições favoráveis aos despertares, importa saber-se sobre alguma coisa, e esse saber constitui pois uma interpretação pessoal sobre essa coisa, supõe uma transformação equivalente à do artista quando cria, tal como na prática psicanalítica, em que uma interpretação é uma transformação, em que uma experiência vivida de uma maneira é considerada segundo um determinado registo e transformada, contida e devolvida mediante a criatividade e capacidade contentora do terapeuta.

Atendendo ao trabalho de revisão da literatura sobre Resiliência de Nobre, S. (2011) podemos desenhar o treino das características contributivas da resiliência, sabendo que a resiliência não encerra em si a capacidade de resistir a situações difíceis ou mesmo traumáticas, mas de lhes corresponder com uma eficácia adaptativa, resultante de um coping activo, empenhado e orientado para a felicidade. A resiliência tem determinantes biológicos e ambientais e revela-se pelas características que lhe estão associadas ou para a qual contribuem as seguintes características: boa auto-estima e bom auto-conceito, auto-confiança, auto-eficácia e auto-realização; *locus* de controlo interno; inteligência; interesse em vários domínios ou áreas de conhecimento; criatividade; sentido de humor; optimismo; paciência; sentido de compromisso; noção de brio; perspicácia; tenacidade; coe-



CATÁRTESE: DESENHO DE UMA TÉCNICA TERAPÊUTICA

rência; capacidade de reflexão; capacidade de prever, planificar e traçar objectivos; espírito de iniciativa; dinamismo; autonomia e independência; capacidade de estar só; flexibilidade/versatilidade/plasticidade; laços familiares e sociais fortes e afectivos; vinculação romântica segura (confiança e segurança no amor); altruísmo; empatia; tolerância a emoções negativas; sociabilidade; capacidade de atitude de charme (cativar); experiências de sucesso (êxito académico, profissional, familiar,...); fé (harmonia com uma fonte espiritual); noção de oportunidade (ver as oportunidades, a mudança como oportunidade, o problema ou desafio como oportunidade de aprender, evoluir); consciência de alternativas e adaptabilidade à mudança.

Importa agora reflectir sobre a duração das sessões terapêuticas, as quais devem estar previstas para 90 min, e organizadas de forma a libertar, conter e devolver os conteúdos trabalhados. Embora cada caso seja um caso, consideramos ideal sessões previstas uma vez por semana. Pois tendo em conta o ritmo de vida da população, e sua disponibilidade para incluir quaisquer outros tipos de actividade no seu *modus vivendi*, pensar em sessões clínicas mais do que uma vez por semana, põe em causa o resultado, uma vez que se ambiciona providenciar um ambiente quer de libertação e alívio como de real prazer. Todavia, considerando, que o analisando deseja aumentar o número de sessões clínicas, há que explorar/perscrutar a relação terapêutica estabelecida, a real motivação, o grau de vinculação estabelecido, se dependente e/ou manipulador. Não sendo aconselhável grande intensidade terapêutica, traduzida em aumento significativo quer do tempo de sessão, quer do número de sessões previstas por mês, uma vez que esta técnica terapêutica, tendo como veículo a dinâmica do inconsciente na criação de objecto artístico, é passível de despoletar catarses intensas e de menos fácil contenção. Propomos assim, como ideal a marcação semanal, considerado ser o ritmo adequado ao equilíbrio de digestão dos conteúdos físico e mental.

Embora apenas tenhamos desenhado esta técnica terapêutica CatÁrtese, certo é ser a Arte, tal como a Psicanálise sempre o denunciou, inegável instrumento de exploração do Eu, enquanto Eu-comigo, Eu em mim, Eu com o outro, Eu no outro, Eu e o Mundo, o Mundo em mim.

É imperioso aprender-ensinar, desenvolver, partilhar estratégias e técnicas eficazes de lidar com o mundo exterior, todavia torna-se tanto ou mais urgente aprender a lidar com o mundo interior, descobrindo as motivações intrínsecas, auto-reforços, sonhos, e “máscaras e ‘más-caras’” como ilumina o artista António Barros (2012) – a desmascarar, encontrando alternativas plausíveis às erróneas atribuições, carregadas de emoção, pilha a rebentar pelo pólo positivo ou negativo, seja então por excesso, ou por defeito, aceitando a condição de normalidade, mas para cada um, idiosincrática, peculiar e natural, adoptando a Atitude mais positiva ou consonante com a natureza, o todo, do qual todos somos a ínfima parte, a atitude de aceitação, harmonia e respeito de todas as partes.

Como iluminou Jung (1921):

Quem olha para fora sonha e quem olha para dentro acorda.

O plano é para implementar agora. A terapia é o despertar sensorial, o despertar para a vida que se quer, que se deseja, que se tem direito. A terapia é um veículo facilitador da concretização do sonho de realmente viver, aprender a viver, não apenas sobreviver, mas viver com felicidade. O sonho é o objectivo de vida, um objectivo de vida para o qual é fundamental desenhar desde os alicerces e fundações, às paredes e tectos, janelas e portas, para que a edificação, a construção seja senão eterna, de fundada segurança e satisfação, esta alcançada em plenitude quando em fase de decoração, arcos e portadas, relevos e cores, texturas e sensações!



REFERÊNCIAS BIBLIOGRÁFICAS

- American Psychological Association (2002). *DSM-IV-TR* (4ª ed.). Lisboa: Climepsi Editores.
- Barros, António (2012). Discurso de apresentação da obra *Limiar da Luz, Fio de Sol*. Coimbra: Galeria Livraria MinervaCoimbra.
- Bion, W.R. (1975). *Second Thoughts*. London: Heinemann.
- Bruner, J.S. (1999). *Para uma Teoria da Educação*. (Trad. Manuela Vaz). Lisboa: Relógio D'Água Editores. (Obra original publicada em 1966)
- Damáσιο, R. A. (1995). *O Erro de Descartes* (23ª ed.). Lisboa: Publicações Europa América.
- Damáσιο, R. A. (2003). *Ao Encontro de Espinosa* (4ª ed.). Lisboa: Publicações Europa América.
- Freud, Sigmund (2001). *A Interpretação dos Sonhos*. Rio de Janeiro: Imago Editora. (Obra original publicada em 1911).
- Freud, Sigmund (1989). *Textos Essenciais da Psicanálise*. Vol.I-III (Inês Busse Trad.). Lisboa: Publicações Europa-América.
- Freud, Sigmund (Eds.) (1980). *Psicologia de grupo e a análise do ego*. Vol.XVIII. Rio de Janeiro: Imago.
- Goleman, Daniel (1995). *Inteligência Emocional* (12ª ed.). Lisboa: Temas e debates.
- Goleman, Daniel (2006). *Inteligência Social* (1ª ed.). Lisboa: Temas e debates.
- Jung, C. G. (1954). *Tipos Psicológicos* (Ramón de la Serna Trad.). Buenos Aires: Editorial Sudamericana. (Obra original publicada em 1921)
- Klee, P. (1973). *La Pensée Créatrice. Écrits sur L'Art / 1*. Textes recueillis et annotés par Jurg Spiller. Paris: Dessais et Tolra.
- Klein, Melanie (Eds.) (1975). *Notes on some schizoid mechanisms*. Vol 3. London: Hogarth Press. (Obra original publicada em 1946)
- Kon, Noemi (1996). *Freud e seu Duplo: Reflexões entre Psicanálise e Arte*. São Paulo: Edusp/Fapesp.
- Lacan, Jacques. (1966). *Ecrits*. Paris: Seuil.
- Nobre, S. (2011). *A Resiliência na Ginástica Pathoplástica do Trauma*. (Dissertação de Mestrado em Psicologia Clínica e Psicoterapias, não publicada, apresentada à Escola de Altos Estudos do Instituto Superior Miguel Torga)
- Pio Abreu, Pio Abreu, J. L. (2006). *Introdução à Psicopatologia Compreensiva* (4ª ed.). Lisboa: Fundação Calouste Gulbenkian.
- Roudinesco, E.& Plon, M. (2000). *Dicionário de Psicanálise* (Revisão Científica Carlos Amaral Dias e Eugénia Carvalho). Lisboa: Editorial Inquérito.

Este artigo não obedece ao A090.

