

INSPIRALANTE



# REVISTA INSPIRALANTE

Uma criação Instituto Inspiralante

INSPIRALANTE.ORG

E D I Ç Ã O 0 1

# CRIATIVIDADE E A PERCEPÇÃO SISTÊMICA

## Ficha Técnica

Propriedade: Instituto Inspirante  
Direção: Mariana Mattos

Equipe desta edição:  
Mariana Mattos  
Marco Lyrio  
Gabriel Bittencourt Mattos  
Vanessa Paiva  
Bruna Saliba e Luísa Reiff (Estúdio Letras)

Edição e Diagramação: Estúdio Letras

W W W . I N S P I R A L A N T E . O R G





Conexão e conteúdo são temas que caminham juntinhos desde minha infância. Criei meu primeiro jornal – revista aos 10 anos de idade. Era uma forma de conectar as crianças e os adultos do prédio onde morava para que todos fossem às festas que a gente inventava. Havia uma programação regular das crianças e queríamos que os adultos ajudassem a compor. Nasceu à mão o meu primeiro veículo de comunicação.

O formato de revista é encantador porque a linha editorial pode ser vivenciada como um fio de luz que costura os temas para construirmos um saber diverso e integrado. Por isso, para 2023 sentimos de dar início a esse projeto pelo Instituto Inspirante.

Em nossa revista digital, teremos mensalmente um tema que será o fio de ouro que conduz nossa percepção. Temas que emergem naturalmente pelo contexto sociopolítico e econômico também poderão fazer parte dessas nossas páginas de conexão. Sempre alinhavados com esse fio de luz invisível, mas “sentível”.

A revista tem colunas escritas por pessoas. O convite a cada pessoa que escreve é feito pela pessoa como ser inteiro e não apenas um conhecimento técnico, mesmo que ela aborde com base em sua habilidade profissional.

Vocês poderão ler nas edições de cada mês, textos de pessoas que são parte do Inspiralante ou convidadas. Nessa primeira edição trazemos Vanessa Paiva, minha querida amiga, comunicóloga e criativa que passa a fazer parte regular desse organismo que se autorregula em prosperidade.

O Estúdio Letras é convidado como integrante nessa proposta leve e comunicacional de celebrarmos nosso encontro. Já que somos comunicólogas, essa é a melhor manifestação.

Para a edição de nascimento, abordamos a criatividade em diferentes perspectivas. Marco Lyrio traz a percepção criativa da criatividade 😊, Gabriel Mattos a visão leve e reflexiva, Vanessa Paiva aponta um outro olhar no contexto da violência que atravessa as escolas no Brasil.

**Criatividade é base, é necessidade e é inerente a nós – é o convite que faço à transição.**

Com amor,  
Mariana Mattos





## MARIANA MATTOS

### **Mariana é inovação.**

Desde cedo integra saberes multidisciplinares, percorrendo a comunicação, a espiritualidade e a criatividade. Comunicóloga, psicoterapeuta, especialista em Comunicação Organizacional e mestra em Comunicação e Gestão de Indústrias Criativas, é co-criadora do modelo Integração Sistêmica e está à frente do Instituto Inspirante.



## MARCO LYRIO

### **Marco é criação.**

Co-fundador do Instituto Inspirante, é um artista em essência - músico compositor - profissional de criação em comunicação, arte e conteúdo. A intercessão de seus saberes culminou com as formações em Design em Sustentabilidade (Gaia Education) e multiplicador Tot para o desenvolvimento de novos paradigmas econômicos, sociais e relacionais que respeitem a vida.





## GABRIEL MATTOS

Gabriel é construção. Colabora paralelamente no Instituto Inspiralante, na área de design, e na agência de arquitetura RDAA, no coração de Paris. Fruto de uma família de artistas, Gabriel busca sua própria forma de Inspirar, e traz para o Instituto o que tem de melhor.

## VANESSA PAIVA

Vanessa é comunicóloga e possui larga experiência em marketing, design gráfico e para web, tendo trabalhado em grandes empresas no Brasil, Austrália e Inglaterra. Atualmente, mora no Qatar e cursa Educação Parental pela Escola da Educação Positiva.



## ESTÚDIO LETRAS

Agência de comunicação dirigida por Bruna Saliba, publicitária, mestre em Marketing pela Universidade do Porto e por Luísa Reiff, jornalista, especialista em Comunicação Digital e mestre em Comunicação e Gestão de Indústrias Criativas, também pela Universidade do Porto.



# ÍNDICE

1  
CRIATIVIDADE É BASE

2  
CRER & CRIAR

3  
UM QUADRO DO MONET OU UM BOTE DO TITANIC?

4  
TIROTEIO NAS ESCOLAS

5  
DE ONDE VÊM AS BOAS IDEIAS?

INSPIRALANTE



CRIATIVIDADE É  
BASE, INERENTE A  
TODOS NÓS

POR MARIANA MATTOS

INSPIRALANTE.ORG





**PARA A REGENERAÇÃO DO MODO DE VIDA HUMANA NA TERRA, PRECISAMOS SER CRIATIVOS. PARA SERMOS CRIATIVOS PRECISAMOS DA TRANSIÇÃO DA VISÃO LINEAR PARA A PERCEPÇÃO SISTÊMICA. ESSA TRANSIÇÃO É UMA NECESSIDADE DE SOBREVIVÊNCIA DA ESPÉCIE HUMANA.**

Dito assim parece importante, mas provavelmente pouco explica do que se trata na prática. Para sermos criativos precisamos de percepção sistêmica. Continua estranho? Então vamos conversar um pouco sobre isso.

Sabe aquele momento da vida que você sabe que fez tudo certo? seguiu direitinho as regras e mesmo assim, estranhamente, não funcionou do jeito que você esperava? É o momento em que a vida te exige criatividade. Você vai precisar se transformar, mudar o jeito de fazer, enxergar de cabeça pra baixo algo que antes parecia obvio de outro jeito. O modo inicial era "fiz isso – logo terei aquilo". Essa visão de causa e efeito é a base da visão linear. Descartes cocriou a salvação da humanidade das trevas obscuras medievais quando mostrou a relação de causa e efeito para além ou fora da visão "Deus quis assim".

Gratidão Rene Descartes – estamos conectados

Desde Descartes, a humanidade adota a lógica de dividir e examinar uma questão em partes, a começar metodicamente pelas mais simples, toda base científica advém dessa linha de raciocínio. A frase "uma coisa é uma coisa, outra coisa é outra coisa" tornou-se senso comum como fruto desse pensamento. Essa abordagem conhecida como clássica, analítica ou cartesiana, concentrou-se no estudo dos elementos enquanto individualidades. Nessa visão, um sistema em estudo é separado em partes menores e então essas partes são descritas com profundidade e detalhamento. Assim, o elemento é separado do contexto de outros objetos e isolado do observador.



Com a vida em rede da internet, é estranho imaginarmos tanta separação, mas como diz o físico Fritjof Capra: “a maior crise que vivemos é a da separação” (2002). Com base na visão linear, nascem e crescem especializações que desenvolvem o conhecimento humano e o objeto básico de estudo se torna cada vez menor e mais decomposto.

Essa visão linear foi ótima! Nos trouxe avanços científicos e tecnológicos maravilhosos na Medicina e tantas outras áreas. Salve Descartes e sua célebre máxima: “penso, logo existo”, com a qual ele provavelmente quis dizer muito mais do que isso, mas fica para outro momento. A questão é que essa visão estritamente linear foi necessária por um período. Porém, a vida é cíclica e já se passaram cerca de 400 anos.

### **A vida é autorregulação contínua – estamos em transição de paradigmas**

Começamos esse artigo com “para a regeneração do modo de vida humana na Terra, precisamos ser criativos.” Para delinear as transições, os processos são políticos e envolvem conflitos de valores, por isso, tais processos incluem inovação, colaboração, aprendizagem e integração do conhecimento. Segundo a PhD Katharina Hölscher, Dutch Research Institute for Transitions, as pesquisas com foco em transição fornecem ferramentas analíticas e operacionais para compreensão e desenvolvimento de

intervenções que contribuam às transições emergentes e inerentes ao desenvolvimento sustentável, que “acentuam o papel da motivação intrínseca, da cognição, das emoções e valores como dimensões-chave da agenda humana para a mudança (O'Brien, 2012).”

Agora vamos a um exemplo bem prático sobre a transição da visão linear para a percepção sistêmica e a criatividade:

A situação de nas escolas esse mês de abril no Brasil

Com a visão linear – uma pessoa fez algo errado. Vamos punir essa pessoa e resolvemos a situação.

Com a percepção sistêmica – algo muito violento aconteceu. Precisamos encontrar os elementos que compõe esse contexto e perceber as conexões entre eles. Quais são os atores envolvidos na situação? De que modo podemos transitar paradigmas e valores para estarmos mais seguros e que essa segurança seja regeneradora e sustentável?

A diferença central está na transição e nela lidamos com o desconhecido. Então, o primeiro passo para pessoas e grupos, que lidam com temas complexos e desejam transitar é: reconhecer o medo e convidá-lo ao diálogo.

Caminhar no desconhecimento pode trazer o sentimento de insegurança, mas como diria Marco Lyrio “o amor está em nós e juntos é mais fácil desatá-los.”



certo vôos....

levam os olhos ao rasante de um mergulho  
certos mergulhos levam a eternidade a um olhar  
que quer que a alma alcance...  
no desapego de se deixar levar  
não é o que se espera, desespera  
não é o que se quer, não é o que se pode precisar  
é o que se doa, se o tempo voa, e é o que se dá  
resta aprender a voar...

-

Marco Lyrio

INSPIRALANTE



# 2

CRER & CRIAR

POR MARCO LYRIO

INSPIRALANTE.ORG



## CRER E CRIAR: DOIS VERBOS QUE INDICAM AÇÃO DE RECONHECIMENTO.

Ser é um verbo que indica múltiplas ações.

Ser é um estado de reconhecimento que começa no contraponto que fazemos do outro, dos outros, nos outros seres vivos e na própria natureza, como ela se manifesta.

Como nós desconhecemos muito mais do que conhecemos, crer e criar são dois verbos como se fossem os nossos pés direito e esquerdo, que nos fazem caminhar em direção a SER. E o processo criativo é intrínseco à nossa condição existencial.

Como a gente desconhece muito mais do que conhece, nós precisamos reconhecer as nossas capacidades criativas. Na verdade somos todos criativos. Na verdade, falamos por melodia. Eu posso acentuar a minha entonação. Eu sou o cantor mas eu não precisaria ser cantor para falar por melodias. Todos falamos por melodias e as nossas entonações dão uma personalidade às nossas emoções.

Eu costumo dizer que **a vida está em nós, juntos é bem mais fácil desatá-los**. Já que desconhecemos muito mais do que conhecemos, “Crer & Criar” nos dão a perspectiva de uma interação mais equacionada, mais existencialmente humanizada entre nós. Somos todos criativos, e por isso precisamos criar nossas expectativas, criar nossas existências, nossas relações, cultivá-las e cuidar. Amar é absolutamente intrínseco à nossa condição existencial.

Se desconhecemos muito mais do que conhecemos, se representamos um tecido humano, assim como vários outros tecidos, organicamente definidos por espécies, que se interagem e inter-existem, então reconhecemos a nossa capacidade criativa em nossa fala e em nosso pensamento. Diz Fernando Pessoa: “pensar é trair a natureza”. Eu me demorei muito sobre essa frase quando eu li aos 14 anos. Pensar é trair a natureza! Sentir é absolutamente intrínseco às nossas experiências, uma vez que desconhecemos muito mais do que conhecemos.



Então sentimos porque precisamos descobrir, e para isso precisamos da capacidade de crer e de criar.

Fé, amor, alegria, perseverança, perspectiva, determinação. Isso tudo realmente nos norteia a CRER e CRIAR: dois verbos que indicam ações de reconhecimento.

Criatividade = “Cria + atividade”. É criar a atividade que nos leve a novos conhecimentos, a novas interações, ao reconhecimento das novas realidades e do movimento com que o Cosmo se realiza, se auto atualiza a todo instante. Somos seres criativos, graças a Deus!



INSPIRALANTE



UM QUADRO DO  
MONET OU UM BOTE  
DO TITANIC?

POR GABRIEL MATTOS

INSPIRALANTE.ORG



## COMPOR UMA MÚSICA, CONSERTAR A HAVAIANA COM UM PREGO, CHEGAR NO TRABALHO QUANDO OS TRANSPORTES ESTÃO EM GREVE, COLOCAR BATATA NO FEIJÃO QUE FICOU SALGADO DEMAIS...

Quem é mais criativo? O artista, finalizando uma pintura que vai emocionar a todos pelos próximos 200 anos, ou uma mãe que sabe exatamente a forma de lidar com cada um dos seus filhos, sabendo que cada um precisa de um reconforto diferente?

O que quero dizer é que acredito que absolutamente todos nós somos seres criativos e, justamente por isso, a criatividade está por toda parte em torno de nós! Compor uma música, consertar a havaiana com um prego, chegar no trabalho quando os transportes estão em greve, colocar batata no feijão que ficou salgado demais, dançar forró! Dá pra listar pra sempre a quantidade de coisas que fazemos todos os dias e que revelam nossa singularidade e resiliência.

Ufa, que alívio! Trazer a criatividade mais pra perto de mim, bem pertinho, me permite tirar um peso enorme das costas. Em um mundo que grita por soluções, por arte, por amor, é reconfortante pensar que todos nós temos uma sementinha aqui dentro, que basta regar para se transformar em algo lindo.

Cada um rega como pode, como gosta, como quer, e muitas vezes como nem quer, como nem gosta. Ela pode crescer, virar um abacateiro, uma laranjeira, uma samambaia, sei lá... Mas é justamente isso que torna tudo mais especial. Saber que a criatividade tá ali, dentro de todo mundo, e que quando são regadas, essas sementes se transformam em algo do tamanho da floresta amazônica, tão colorido quanto um quadro do Monet e tão necessário quanto um bote do Titanic.



INSPIRALANTE



ATAQUES ÀS  
ESCOLAS. QUAL A  
SUA PARCELA DE  
RESPONSABILIDADE?

POR VANESSA PAIVA



## NOTORIEDADE, FAMA E PROPÓSITO. SE SENTIR ACOLHIDO, RESPEITADO E VALORIZADO.

Atrás das máscaras de caveira, do discurso de ódio e do orgulho do uso de armas, geralmente esses são os principais motivos que impulsionam os adolescentes a cometerem os ataques contra colegas e professores.

Dentre as milhares de mensagens compartilhadas pelas redes sociais, o veredito era claro e único, o rótulo já estava pronto e nele lia-se: monstro.

E há de se concordar. Como explicar para as crianças que testemunharam tamanha violência que monstros não existem? E mais, que eles não estão debaixo das camas ou dentro dos armários, mas sim dentro das escolas? E na tentativa de crucificar os culpados, as responsabilidades sociais passam ilesas e essa crise sistêmica - fruto da falta de integração entre a sociedade, a família e a escola - apenas aumenta.

Segundo estudos recentes, o perfil dos autores que planejam esses massacres são jovens do sexo masculino, brancos, que apresentam características homofóbicas, misóginas, racistas e de isolamento social.

Pessoas ressentidas por serem alvo de bullying, vítimas da falta de afeto emocional e da falta de perspectiva de um futuro melhor e que, expostos à masculinidade tóxica que esbarram a cada esquina, são levados a acreditar que a única saída para deixarem o seu marco na história é através desse show de horror onde quanto pior, melhor.

Mas quem pauta essa régua da bravura? A resposta é tão simples quanto assustadora. Os fóruns extremistas podem ser facilmente acessados na superfície da internet através das redes sociais e das plataformas de jogos online. Esses locais funcionam como uma câmera de eco onde idéias e tendências são amplificadas e reforçadas pela doutrinação, repetição e propaganda; ambiente onde esses jovens encontram [finalmente] interação, compreensão e apego.

Sejamos sinceros. Todos já tivemos um momento de fúria acompanhado de um pensamento intrusivo, mas há algo que nos impede de cruzar a linha entre a ira e o crime.



Ao assumir que os seres humanos têm uma propensão natural à delinquência e ao trocar a pergunta de “Por que algumas pessoas cometem crimes?” para “Por que todos não cometem crimes?”, o americano Travis Hirschi revolucionou o cenário na criminologia ao criar a Teoria do Controle Social, composta de quatro pilares, questionando o que faz com que as pessoas obedeçam às normas e cumpram a lei.

Segundo o sociólogo, a criminalidade é um produto de falhas do controle social e do autocontrole e que quanto mais forte forem os laços sociais ensinados através da família, da escola e demais instituições sociais mais cedo e consistentemente as pessoas se conformarão com as regras e expectativas sociais.

O primeiro laço social descrito por Hirschi é a Afetividade, o vínculo estabelecido entre familiares, amigos ou vizinhos, por exemplo. No nosso agir há uma expectativa do olhar do outro em relação ao nosso comportamento e cometer um delito seria agir contra essa expectativa do outro sobre você. Quanto mais fraco o laço da afetividade, menor a preocupação quanto a expectativa alheia, logo mais inclinado ao envolvimento com o crime a pessoa se encontrará.

No pilar Compromissos, Travis destaca a idéia de tempo e energia que uma pessoa investe na conquista de um objetivo, como um diploma ou uma posição dentro de uma carreira desejada. Aqueles com perspectiva de futuro e a consciência de que o envolvimento com uma atividade criminosa colocaria suas ambições em risco, tenderão a cumprir com as expectativas da sociedade.

Ao nomear Envolvimento como o terceiro laço, Hirsch defende a teoria de que indivíduos envolvidos em atividades sociais convencionais como escola, clubes, igrejas, ações filantrópicas entre outros exemplos, terão menos tempo ou interesse de cometer delitos.

O quarto elemento da Teoria de Controle Social se refere à Crença na validade das normas da sociedade. Valores como honestidade, moralidade e justiça são claramente compreendidos e internalizados facilitando o cumprimento da lei.

O enfraquecimento ou rompimento de um ou mais laços não significa necessariamente o desvio de comportamento, mas estudos apontam claramente o aumento da suscetibilidade.



Do ponto de vista da Integração Sistêmica, a simples justiça dos homens onde o culpado é crucificado em praça pública não funciona em longo prazo. A percepção sistêmica é intrinsecamente multidisciplinar e fundamentada numa cultura onde cada pessoa possa se perceber como parte da questão e da mudança. Por mais desafiador que seja, é preciso ver esses atos como um recado de um desequilíbrio que precisa ser acolhido e cuidado.

Quando e como perdemos essa habilidade tão inata da comunicação e do apego?

Independente do tema, falta diálogo, conexão e compaixão. Sobra ódio, violência e indiferença; um sistema adoecido que se retroalimenta e se encaminha para a sua auto-destruição. Mas como conseguir trançar tantas pontas soltas e emaranhadas em um momento tão polarizado?

Eu arriscaria dizer que a criatividade é uma necessidade para a sociedade regenerar esse cenário. Do latim *creare*, criatividade revela a capacidade para transformar idéias originais em realidade, caracteriza a sensibilidade de percebermos os desafios e deficiências em um sistema, assim como a perspicácia para identificarmos um padrão debilitado para que novas conexões sejam geradas e estabelecidas.

Infelizmente, ao longo da vida, a criatividade é uma habilidade que vai sendo desaprendida ao invés de cultivada. Nascemos autênticos ao nosso self e ao meio, mas a sociedade, muito rapidamente, nos molda através das caixinhas que precisamos entrar para pertencer. Nesse processo, vamos criando bloqueios emocionais que ocasionam a inibição do nosso criar.

“Criar é matar a morte” dizia o novelista, biógrafo e músico francês Romain Rolland, ou seja, é preciso conseguir olhar para essas questões com mais profundidade, para além da camada do choque. Fazer o luto de uma dor irreparável, mas também continuar investigando essa fonte de ódio gerada pelo abismo emocional, presente na sociedade atualmente, ou estaremos fadados a seguir paralisados e confortavelmente anestesiados.



INSPIRALANTE



# 5

DE ONDE VÊM AS  
BOAS IDEIAS?

POR ESTÚDIO LETRAS

INSPIRALANTE.ORG



## PARA ESSA PRIMEIRA EDIÇÃO DA REVISTA INSPIRALANTE, NÓS REVISITAMOS ALGUNS CONTEÚDOS QUE O ESTÚDIO LETRAS JÁ HAVIA PUBLICADO E CHEGAMOS À CONCLUSÃO QUE A CRIATIVIDADE É TEMA PARA QUALQUER ANO, PARA QUALQUER DIA.

Trabalhar com o Inspiralante nos últimos meses foi um desafio, não só pela complexidade dos temas, mas pela constante exigência da comunicação afetiva: impactar pelas palavras, quase sempre de forma criativa. E essa tem sido a missão do Estúdio Letras nas redes sociais do Instituto Inspiralante.

A Mari nos encontrou, nos conectamos, e pouco a pouco vamos nos conhecendo. Como comunicólogas e também como pessoas, que sentem e fazem sentir.

Para essa primeira edição da Revista Inspiralante, nós revisitamos alguns conteúdos que o Estúdio Letras já havia publicado e chegamos à conclusão que a criatividade é tema para qualquer ano, para qualquer dia. Refazer um material sobre criatividade, trazendo novas ideias, parece trabalhar em looping. Um looping do bem, um inception que pode sempre ser complementado com novas perspectivas, com mais vivência.

Embora a criatividade pareça ser algo natural, nós podemos (e devemos) treinar o cérebro para que as boas ideias possam fluir. E o que é ser criativo em 2023? Qual a diferença da criatividade há dois anos?

Bom, criatividade é sempre o que é: pensar, questionar, imaginar. Recentemente lemos um texto de Paulo Freire onde ele atrela a criatividade à curiosidade. Nas palavras do educador, “Não haveria criatividade sem a curiosidade que nos move e que nos põe pacientemente impacientes diante do mundo que não fizemos, acrescentando a ele algo que fazemos”. Ser curioso é querer saber. Por aqui, é querer que saibam também.

Para o exercício criativo, fizemos uma lista com algumas dicas para estimular a criatividade.



### • **Divague**

Existe uma concepção muito equivocada sobre ociosidade, que frequentemente associa com improdutividade e falta de foco. Mas a verdade é que o ócio é um grande aliado das boas ideias. Aproveite os momentos em que a mente flutua e anote os insights que surgirem, seja durante uma caminhada, ao cozinhar, tomar banho frio ou café quentinho.

A ideia de “ócio criativo” tem razão de ser: O vazio é necessário para criar novos preenchimentos.

### • **Pesquise e beba de várias fontes**

A tendência é que a gente sempre consuma o mesmo tipo de conteúdo e se limite às próprias preferências. Mas é muito importante buscar referências distintas, outras fontes, abrir a mente para o novo. Tentar fugir do famoso viés

de confirmação vai te ajudar a ver as coisas por outro ângulo.

### • **Faça um brainstorming**

Também conhecido como “tempestade de ideias”, o brainstorming é uma técnica muito utilizada nas agências de comunicação para encontrar soluções específicas.

Comece escrevendo tudo o que vier à mente, sem descartar qualquer ideia. Às vezes uma ideia aparentemente ruim, irá te fazer pensar em outra coisa e contribuir para surgir aquele “click”. Cada pessoa possui sim seus dons e talentos, mas alguns comportamentos, estilo de vida e a forma como se relacionam com o mundo possibilitam que novos padrões cognitivos sejam desenvolvidos e, assim, aumenta-se a criatividade ao exercitar o pensamento.

O que você tem feito para encarar as páginas em branco?

Por aqui, escrevemos!

INSPIRALANTE



# SIGA A LEITURA EM NOSSO BLOG!

e continue em contato com o Instituto Inspiralante assinando as nossas newsletters e seguindo as nossas redes sociais!

A C E S S E :

INSPIRALANTE.ORG

