

**A ARTE DO CLOWN COMO INSTRUMENTO DE HUMANIZAÇÃO: UM RELATO
DE EXPERIÊNCIA**

**THE ART OF CLOWNING AS AN INSTRUMENT OF HUMANIZATION: AN
ACCOUNT OF AN EXPERIENCE**

Ana Savia Pereira Sampaio¹

Antonia Cleidiane do Nascimento Silva²

Ellen Sousa Rodrigues³

Adryssa Bringel Dutra

RESUMO

¹ Bacharel em Psicologia pela Faculdade Princesa do Oeste – FPO, Ceará. E-mail: ana.savia@alu.fpo.edu.br

² Bacharel em Psicologia pela Faculdade Princesa do Oeste – FPO, Ceará. E-mail: cleidiane.nascimento@alu.fpo.edu.br

³ Bacharel em Psicologia pela Faculdade Princesa do Oeste – FPO, Ceará. E-mail: ellen.rodriques@email.com

O presente artigo aborda a arte do clown como instrumento de promoção da alegria, do acolhimento e da humanização. O estudo tem como base uma experiência vivenciada por meio de oficinas realizadas pela organização Jovens Com Uma Missão (JOCUM), nas quais os participantes puderam descobrir “quem são através do nariz de palhaço” e utilizar o riso como forma de comunicação, transformação e cuidado. A metodologia envolveu atividades teóricas e práticas voltadas ao autoconhecimento, expressão emocional e aproximação com diferentes públicos, especialmente comunidades do sertão cearense. Os resultados demonstraram que o clown, além de provocar alegria, contribui para o fortalecimento da saúde mental, o alívio de tensões e a criação de vínculos afetivos. Conclui-se que a arte do clown atua como instrumento terapêutico e social, capaz de promover bem-estar, empatia e a redescoberta do sentido da vida por meio do riso.

Palavras-chave: Clown. Humanização, Alegria, Autoconhecimento e Saúde emocional.

ABSTRACT

This article addresses the art of clowning as an instrument for promoting joy, acceptance, and humanization. The study is based on an experience lived through workshops conducted by the organization Youth With A Mission (YWAM), in which participants were able to discover "who they are through the clown's nose" and use laughter as a form of communication, transformation, and care. The methodology involved theoretical and practical activities focused on self-knowledge, emotional expression, and interaction with different audiences, especially communities in the semi-arid region of Ceará, Brazil. The results demonstrated that clowning, in addition to provoking joy, contributes to strengthening mental health, relieving tension, and creating affective bonds. It is concluded that the art of clowning acts as a therapeutic and social instrument, capable of promoting well-being, empathy, and the rediscovery of the meaning of life through laughter.

Keywords: Clown. Humanization, Joy, Self-knowledge and Emotional health.

1. INTRODUÇÃO

O clown-terapia, também conhecido como risoterapia, é uma prática artística e psicossocial que utiliza o humor como instrumento de cuidado e promoção da saúde física e mental. Seu propósito ultrapassa a mera diversão: ele atua como meio de expressão emocional, acolhimento e fortalecimento das relações humanas. A prática tem se expandido em diversos contextos de vulnerabilidade social como em hospitais, escolas, abrigos, comunidades e instituições de saúde, com o objetivo de humanizar os vínculos e promover o bem-estar.

Historicamente, o riso tem sido compreendido não apenas como uma resposta emocional espontânea, mas como um fenômeno social e terapêutico. De acordo com Patch Adams (1998), médico e humanista norte-americano, o humor é uma forma de cura que aproxima as pessoas e devolve dignidade à experiência do sofrimento. Adams defende que o cuidado em saúde não deve restringir-se ao corpo biológico, mas considerar a totalidade da pessoa em seus afetos, histórias e relações. O riso, para ele, é uma linguagem universal que rompe fronteiras de classe, crença e cultura, possibilitando uma comunicação autêntica e empática entre quem cuida e quem é cuidado.

Sob essa perspectiva, o clown-terapia não é apenas uma intervenção lúdica, mas uma estratégia de humanização do cuidado. Ao incorporar o humor, a escuta e o toque, o palhaço hospitalar e comunitário reconfigura o espaço da dor e da vulnerabilidade, tornando-o um ambiente mais afetivo e compartilhado. Essa abordagem dialoga diretamente com os princípios da Política Nacional de Humanização (BRASIL, 2004), que propõe um cuidado centrado no sujeito e em suas singularidades, reconhecendo a importância das dimensões subjetivas nas práticas de saúde.

A dimensão humanista dessa prática também encontra sustentação teórica em Carl Rogers (1961), um dos principais expoentes da abordagem centrada na pessoa. Para Rogers, o desenvolvimento humano depende da criação de um clima relacional baseado em três condições fundamentais: empatia, autenticidade e aceitação incondicional. Tais condições são igualmente centrais na arte do clown, que exige do performer uma escuta sensível, presença genuína e abertura ao encontro com o outro. O clown é aquele que se despe de defesas e máscaras sociais, expondo suas fragilidades de maneira criativa e generosa. Nessa entrega, ele convida o público ou o paciente a fazer o mesmo, abrindo espaço para que o riso e a emoção se tornem caminhos de conexão e de cuidado mútuo.

Além do humor e da empatia, a prática do clown-terapia toca em dimensões mais profundas do existir. Viktor Frankl (1989), em sua proposta da Logoterapia, afirma que a busca por sentido é o motor fundamental da vida humana, mesmo (ou sobretudo) diante do sofrimento. O humor, segundo o autor, é uma das expressões mais elevadas dessa capacidade de transcendência, pois permite ao indivíduo distanciar-se da dor e reinterpretá-la com liberdade interior. Ao rir, o ser humano não nega sua dor, mas transforma-a, conferindo-lhe novo significado. Assim, o clown-terapia pode ser compreendido como um espaço simbólico de ressignificação, no qual o sofrimento é acolhido e reconfigurado pela leveza e pela criatividade.

Outro aporte relevante vem da psicologia do brincar de Donald Winnicott (1975), para quem o jogo e a espontaneidade são condições essenciais para a saúde psíquica. O clown, ao brincar com o inesperado, com o erro e com o ridículo, resgata o potencial criativo do indivíduo, permitindo que este reconecte-se com sua criança interior e com a capacidade de se surpreender. Essa experiência lúdica cria um espaço de transição entre a realidade e a imaginação, no qual é possível experimentar novas formas de ser e de se relacionar. Assim, o clown-terapia atua também como prática de autoconhecimento e de reintegração emocional, convidando o sujeito a reencontrar-se com a parte mais autêntica e sensível de si.

Nessa direção, o clown pode ser entendido como uma figura mediadora entre o eu e o outro, entre a dor e o prazer, entre o limite e a liberdade. Sua presença evoca o que Paulo Freire (1987) chamaria de encontro dialógico, um espaço em que todos aprendem e se transformam mutuamente. A relação estabelecida pelo clown é horizontal, construída a partir do reconhecimento da humanidade comum, a

vulnerabilidade, a alegria, a necessidade de afeto. O palhaço, portanto, não impõe uma mensagem; ele dialoga, escuta e co-cria com o outro.

Em tempos de crescente isolamento digital, aceleração tecnológica e redução das interações presenciais, a arte do palhaço ressurgiu como um caminho de reconexão afetiva e comunitária. O riso, o olhar e o toque, gestos tão simples e, ao mesmo tempo, tão escassos na contemporaneidade, tornaram-se atos políticos e terapêuticos. O clown-terapia, ao promover o encontro entre arte, saúde e subjetividade, reafirma a potência transformadora da relação humana, lembrando que cuidar é, antes de tudo, um ato de amor, de escuta e de presença.

Dessa forma, este trabalho propõe refletir sobre a arte do clown como instrumento de humanização e promoção do bem-estar, a partir de uma experiência vivida em comunidades do sertão cearense, no contexto de uma missão da organização Jovens Com Uma Missão (JOCUM). O estudo busca compreender de que modo o riso e a empatia podem favorecer processos de autoconhecimento, vínculos afetivos e transformação social, contribuindo para uma psicologia mais sensível, dialógica e comprometida com a dignidade humana.

O projeto tem como objetivo promover momentos de alegria e descontração como forma de fortalecer o bem estar emocional e social dos participantes, utilizando o personagem clown como instrumento de mediação cultural para aproximar o público da mensagem transmitida. Busca - se também adaptar a linguagem e as expressões à realidade e cultura local, respeitando os modos de vida e a forma de comunicação do público alvo, além de favorecer a criação de vínculos entre os participantes e os facilitadores por meio da ludicidade e do humor.

2. METODOLOGIA

A experiência foi desenvolvida na Escola de Missões Jovens Com Uma Missão (JOCUM), uma organização cristã interdenominacional voltada à evangelização, à formação de lideranças e ao desenvolvimento humano. Os participantes eram provenientes de diferentes regiões do Brasil, todos vinculados à formação missionária da instituição, que possui duração média de seis meses e oferece oficinas teóricas e práticas em diversas linguagens artísticas, dentre as quais se destacam o circo, a contação de histórias e o palhaço.

A vivência relatada ocorreu na unidade de Campo Grande (MS), durante uma missão de 14 dias na cidade de Nova Russas, Ceará, em comunidades do sertão cearense. O critério de participação para as oficinas foi a adesão voluntária dos estudantes matriculados no programa missionário, motivados pelo interesse em compreender o personagem cômico como instrumento de comunicação, cuidado e evangelização.

O objeto de análise deste relato é o processo formativo e experiencial vivenciado durante a oficina, cujo foco central foi o autoconhecimento e o desenvolvimento da empatia por meio da arte. Durante o treinamento, os participantes foram conduzidos a refletir sobre sua identidade pessoal e emocional, compreendendo que a figura clownesca emerge do reconhecimento das próprias fragilidades e potencialidades humanas.

A pesquisa foi conduzida por meio de uma abordagem qualitativa, do tipo observação participante, envolvendo um público majoritariamente jovem, com faixa etária acima de 17 anos sendo um adolescente de 12 anos acompanhado por sua responsável, que também participou do processo. O grupo foi composto por 13 jovens e um adulto.

A oficina teve como uma de suas perguntas norteadoras o questionamento: “Quem é você através do nariz de palhaço?” Essa provocação, feita pela professora responsável, buscou instigar um processo de autorreflexão e descoberta de aspectos subjetivos dos participantes. Após um período de cinco a seis dias de treinamento teórico e vivencial, iniciou-se a etapa prática, realizada em espaços públicos, como ruas e praças, utilizando roupas coloridas, maquiagens e o tradicional nariz vermelho símbolo do personagem artístico. O objetivo principal dessa fase era despertar alegria, leveza e interação genuína com o público por meio de encenações, improvisações e brincadeiras.

Contudo, para além da ludicidade, a oficina proporcionou também momentos de introspecção e análise pessoal. As atividades contemplaram reflexões sobre identidade, autoimagem, percepção de si mesmo e lembranças significativas da infância e adolescência. Tais vivências permitiram compreender que a capacidade de promover alegria no outro está diretamente relacionada ao processo de reconhecimento e elaboração das próprias feridas emocionais.

Cada participante foi convidado a criar um nome e uma identidade simbólica para seu eu teatral, representando o surgimento de uma nova forma de ser mais autêntica, livre e consciente. Assim, o personagem clownesco não se configurou apenas como uma figura teatral, mas como uma expressão do “eu ampliado”, revelando dimensões internas muitas vezes reprimidas pelas convenções sociais. Essa criação simbólica tornou-se um exercício de autoconhecimento, no qual o humor e a sensibilidade se integraram como caminhos de transformação pessoal e relacional.

Durante o processo formativo, foram apresentados dois arquétipos fundamentais da tradição clownesca: o *Clown Augusto* e o *Clown Branco*. O primeiro caracteriza-se por ser mais expansivo, espontâneo e brincalhão; o segundo, por sua postura mais introspectiva, observadora e contida. A escolha do tipo a ser desenvolvido dependia da personalidade e da disposição emocional de cada participante, reforçando a noção de que o palhaço é uma manifestação singular do próprio sujeito e que não há um modo “correto” ou padronizado de ser clown.

Um exemplo significativo compartilhado pela orientadora foi o de um participante tímido, de grande estatura física, que inicialmente acreditava não possuir o perfil adequado para a proposta por não ser extrovertido. Contudo, ao interagir com uma criança igualmente reservada, ele descobriu novas formas de comunicação, utilizando mímicas e gestos no lugar de palavras. Nesse encontro, emergiu seu personagem silencioso, porém expressivo, evidenciando que a essência do clown não reside no excesso de fala ou na performance exuberante, mas na autenticidade e na sensibilidade de cada indivíduo. Tal experiência reforça que o personagem artístico é uma arte que se manifesta de maneiras múltiplas, acolhendo a singularidade humana em suas diversas formas de expressão.

As atividades práticas ocorreram em ruas, praças e instituições locais como escolas e espaços comunitários, propiciando interação direta com o público, especialmente crianças, idosos e famílias em situação de vulnerabilidade social. O contato foi mediado por jogos, improvisações e pequenas cenas teatrais, com foco no diálogo afetivo, na escuta sensível e na valorização da cultura local.

Segundo Minayo (2014), a abordagem qualitativa busca compreender o sentido das experiências humanas a partir de suas dimensões simbólicas, relacionais e contextuais. Essa escolha metodológica justifica-se pelo caráter subjetivo e vivencial

do fenômeno investigado: a atuação do personagem clownesco como mediador de vínculos, emoções e transformações pessoais.

O principal instrumento metodológico utilizado foi a observação participante, entendida como uma estratégia que possibilita ao pesquisador integrar-se ao campo, participando ativamente das atividades e interagindo com os sujeitos, sem perder o olhar analítico sobre o processo vivido. Conforme Flick (2009), a observação participante permite compreender práticas sociais a partir da experiência direta, revelando nuances que dificilmente seriam acessadas por métodos exclusivamente descritivos.

Nessa perspectiva, a pesquisadora atuou simultaneamente como participante e observadora, registrando impressões, emoções e interações em um diário de campo reflexivo. Esse tipo de registro, inspirado na proposta de Geertz (1978) de “descrição densa”, buscou captar não apenas os comportamentos visíveis, mas também os significados atribuídos pelos participantes às ações e relações estabelecidas durante a vivência.

Os dados qualitativos coletados por meio dessa imersão foram analisados de forma interpretativa e compreensiva, priorizando o entendimento dos sentidos subjetivos expressos nas experiências e nas narrativas dos participantes. Tal análise não buscou generalizações, mas sim a produção de uma compreensão contextualizada sobre o potencial transformador da arte clownesca no campo da humanização e da saúde emocional.

3. RESULTADOS E DISCUSSÃO

Os resultados da experiência revelaram efeitos positivos tanto nos participantes quanto nas comunidades envolvidas. O clown mostrou-se um meio eficaz de comunicação e aproximação, promovendo leveza, vínculo e autoconhecimento.

Segundo Boal (2009), a arte tem o poder de libertar e conscientizar, atuando como uma forma de resistência e transformação social algo que também se reflete na prática do clown, que rompe com a rigidez cotidiana e resgata a espontaneidade humana. Da mesma forma, Frydman (2016) mostra que o riso possui uma função terapêutica e simbólica, permitindo a expressão emocional e o fortalecimento de vínculos afetivos.

O clown se fundamenta na expressão autêntica do sujeito, permitindo o contato com aspectos inconscientes e reprimidos por meio do humor e da criatividade. Segundo Frydman (2016), o clown atua como uma via simbólica de autoconhecimento, pois convida o indivíduo a reconhecer e acolher suas fragilidades de forma lúdica. Essa vivência possibilita o acesso a conteúdos internos que, muitas vezes, são silenciados pelas exigências sociais de desempenho e controle emocional.

No contexto sociocultural brasileiro, especialmente em regiões marcadas por tradições de resistência e escassez, como o sertão nordestino, observa-se uma valorização histórica da força e da rigidez emocional como mecanismos de sobrevivência (SANTOS, 2018). Essa construção social tende a limitar a expressão de sentimentos considerados frágeis, como tristeza ou medo, gerando repressão afetiva e afastamento do próprio self. Nessa perspectiva, o clown surge como um espaço de libertação simbólica, permitindo que homens e mulheres revisitem essas normas culturais e encontrem, na vulnerabilidade, uma forma de potência subjetiva.

O clown dá a oportunidade para que essas pessoas tenham um encontro pessoal e genuíno com a liberdade de expor suas emoções e fragilidades, pelo fato de ser uma técnica de curto tempo e humanizada, pode explorar de forma rápida e prática os diversos contextos culturais trazendo benefícios para seu público de forma geral.

Ao explorar o riso como via de encontro humano, observou-se que as apresentações favoreceram a criação de um espaço de acolhimento mútuo, no qual emoções puderam ser expressas e partilhadas com espontaneidade. Muitos participantes relataram ressignificações emocionais significativas e o fortalecimento da autoestima, reconhecendo no ato de fazer rir uma forma de se reconectar com sua própria essência. Essa vivência reforça a noção de que o riso é mais do que uma resposta emocional, ele é um fenômeno relacional que cria laços, facilita a escuta e rompe barreiras simbólicas de dor e isolamento.

Além de sua dimensão terapêutica, o clown se mostrou também uma ferramenta pedagógica e social. O exercício do riso e da ludicidade despertou nos participantes a capacidade de olhar para o outro sem julgamento, com curiosidade e presença genuína. Essa postura dialoga com os princípios da abordagem centrada na pessoa, de Carl Rogers (1961), segundo a qual a autenticidade e a empatia

constituem a base para o desenvolvimento humano e para qualquer relação de ajuda. O clown, ao se despir das máscaras sociais e assumir uma forma exagerada e vulnerável de si mesmo, favorece a expressão daquilo que é mais autêntico no sujeito: sua sensibilidade, suas falhas e sua humanidade. Assim, rir e provocar o riso se tornam formas de reconhecer e aceitar as próprias fragilidades, transformando-as em potência relacional.

Do ponto de vista psicológico e neurobiológico, o riso desencadeia respostas fisiológicas benéficas, como a liberação de serotonina, dopamina e endorfina, neurotransmissores responsáveis pela sensação de prazer e bem-estar, reduzindo o estresse e a ansiedade (PRUDENCIO, 2023). Essas respostas são acompanhadas pela diminuição do cortisol, hormônio associado ao estresse, o que contribui para o relaxamento muscular e o fortalecimento do sistema imunológico. Na experiência relatada, os participantes relataram sensações de tranquilidade, leveza e gratidão após as atividades, o que reforça a compreensão científica do riso como um recurso psicocorporal capaz de produzir estados de bem-estar integral.

De maneira complementar, a experiência do clown pode ser compreendida como um exercício de sentido existencial, nos termos de Viktor Frankl (1989). Ao enfatizar que o ser humano é capaz de encontrar significado mesmo diante do sofrimento, Frankl destaca que o humor representa uma das expressões mais elevadas da liberdade interior — um modo de transcender a dor por meio da criatividade e da imaginação. Essa perspectiva se manifesta nas oficinas quando os participantes, ao revisitarem suas histórias pessoais, conseguem transformar experiências dolorosas em expressões artísticas e simbólicas, rindo de si mesmos com compaixão. O humor, nesse contexto, torna-se não uma fuga da realidade, mas uma forma de elaborá-la e ressignificá-la.

Um dos aspectos mais relevantes observados foi a necessidade de adaptação da linguagem às expressões culturais locais, especialmente nas comunidades sertanejas. O sucesso das apresentações esteve intimamente ligado à capacidade do grupo de dialogar com os modos de vida e com a oralidade popular. Expressões regionais e narrativas tradicionais foram incorporadas às performances, o que gerou maior engajamento e identificação do público. Essa sensibilidade cultural encontra respaldo na Política Nacional de Humanização (BRASIL, 2004), que defende a valorização dos saberes e práticas locais como caminho para o cuidado integral.

Assim, o clown tornou-se um elo entre arte e cotidiano, entre o riso e o reconhecimento da dignidade das pessoas simples, traduzindo de maneira simbólica o valor da escuta e da presença.

Contudo, a experiência também evidenciou limites e desafios importantes. O primeiro deles diz respeito ao tempo reduzido da intervenção, que impediu um acompanhamento mais prolongado dos efeitos emocionais e relacionais produzidos. Embora as vivências tenham promovido transformações significativas, a ausência de um retorno sistemático às comunidades dificulta avaliar o impacto duradouro da prática. Além disso, o contexto cultural específico do sertão cearense exigiu grande sensibilidade dos facilitadores para evitar leituras equivocadas do humor. Em algumas situações, expressões ou gestos associados ao clown foram inicialmente recebidos com estranhamento, exigindo do grupo uma constante negociação simbólica entre o riso e o respeito à cultura local.

Outro desafio diz respeito à formação dos próprios participantes, muitos dos quais não possuíam experiência prévia com práticas artísticas ou reflexões sobre o autoconhecimento. Esse aspecto demandou tempo e acolhimento por parte dos instrutores, uma vez que o processo de “descobrir o próprio clown” envolve lidar com vulnerabilidades, emoções reprimidas e memórias pessoais. Assim, a oficina mostrou que a arte do clown não é apenas uma técnica de entretenimento, mas um caminho de autotransformação, que requer acompanhamento ético e afetivo.

Por fim, um ponto a ser destacado é a potencialidade do clown como prática de saúde coletiva e comunitária. Em consonância com a psicologia humanista e com os princípios da educação libertadora de Paulo Freire (1987), o clown atua como mediador entre o saber técnico e o saber popular, rompendo com hierarquias de conhecimento e possibilitando o diálogo horizontal. O riso, nesse sentido, é também um ato político, pois restitui às pessoas o direito de se expressarem e de participarem da construção de espaços de cuidado. A leveza e o humor se tornam, assim, instrumentos de resistência e de esperança em contextos marcados pela escassez de recursos e pelo sofrimento cotidiano.

Dessa forma, a experiência vivenciada evidenciou que o clown é mais do que uma expressão artística, é uma prática humanizadora que articula corpo, emoção, cultura e sentido. Ao promover o encontro entre o lúdico e o existencial, entre a alegria

e o reconhecimento das dores humanas, o clown oferece à psicologia um campo fértil de atuação, no qual o riso se converte em linguagem de cura, vínculo e transformação.

4. CONSIDERAÇÕES FINAIS

A experiência com o clown demonstrou que o riso, quando utilizado de forma sensível e consciente, transcende a diversão e se torna um instrumento de transformação pessoal e coletiva. A arte do palhaço favorece o encontro, a escuta e a empatia, promovendo saúde emocional, pertencimento e sentido existencial. Em um mundo marcado pelo individualismo e pela aceleração tecnológica, práticas como o clown-terapia reafirmam a importância do afeto, da criatividade e da humanização nas relações humanas.

O clown-terapia também se destaca por romper paradigmas e preconceitos sociais e culturais que sustentam a crença de que as pessoas precisam ser sempre fortes e conter suas emoções. Ao contrário, essa prática oferece ao público participante a oportunidade de se sentir, reconhecer e compreender melhor a si mesmo, promovendo um espaço seguro para expressar fragilidades e sentimentos sem medo de julgamentos.

Além disso, ao integrar humor, empatia e escuta humanizada, o clown leva vida e cuidado a diferentes públicos e faixas etárias, reafirmando a importância do riso e do bom humor como instrumentos de promoção da saúde e do bem-estar, independentemente do contexto social ou das situações vividas por cada indivíduo.

Portanto, essa prática revela-se como uma ferramenta potente para a psicologia e áreas afins, contribuindo para práticas mais integradoras, sensíveis e humanas. Rir, neste contexto, é um ato de resistência e de esperança, capaz de restituir à vida sua dimensão mais genuína: a alegria de existir e de compartilhar.

5. REFERÊNCIAS

ADAMS, Patch. *Gesundheit!: Bringing Good Health to You, the Medical System, and Society Through Physician Service, Complementary Therapies, Humor, and Joy*. Rochester: Healing Arts Press, 1998.

BOAL, Augusto. *Teatro do oprimido e outras poéticas políticas*. 10. ed. Rio de Janeiro: Civilização Brasileira, 2009.

BRASIL. Ministério da Saúde. *Política Nacional de Humanização da Atenção e Gestão do SUS*. Brasília, 2004.

FLICK, Uwe. *Introdução à pesquisa qualitativa*. 3. ed. Porto Alegre: Artmed, 2009.

FRANKL, Viktor. *Em busca de sentido: um psicólogo no campo de concentração*. Petrópolis: Vozes, 1989.

FRYDMAN, Claire. *O palhaço e o terapeuta: o jogo do clown e a escuta do ser*. São Paulo: Summus, 2016.

FRYDMAN, Jader. *O palhaço e o psicanalista: o riso que transforma*. São Paulo: Summus, 2016.

GEERTZ, Clifford. *A interpretação das culturas*. Rio de Janeiro: Zahar, 1978.

MINAYO, Maria Cecília de Souza. *O desafio do conhecimento: pesquisa qualitativa em saúde*. 14. ed. São Paulo: Hucitec, 2014.

PROENÇA, Wander de Lara. O método da observação participante: contribuições e aplicabilidade para pesquisas no campo religioso brasileiro. *Dossiê Religião*, São Paulo, v. 4, abr.–jul. 2007. Disponível em: https://unicamp.br/~aulas/Conjunto%20III/4_23.pdf. Acesso em: 18 out. 2025.

PRUDENCIO, A. *A ciência do riso: como o humor e as gargalhadas afetam sua saúde*. Instituto de Neurologia de Goiânia, 2023. Disponível em: <https://www.neurologico.com.br/a-ciencia-do-riso-como-o-humor-e-as-gargalhadas-afetam-sua-saude/>. Acesso em: 17 out. 2025.

ROGERS, Carl. *On Becoming a Person: A Therapist's View of Psychotherapy*. Boston: Houghton Mifflin, 1961.

SANTOS, Milton. *Por uma outra globalização: do pensamento único à consciência universal*. 26. ed. Rio de Janeiro: Record, 2018.

SCIELO BRASIL. SciELO Brasil [online]. Disponível em: <https://share.google/TmYOKi3V4u0rHdHdL>. Acesso em: 31 out. 2025.