



doi: <http://dx.doi.org/10.7213/psicolargum.39.104.AO05>

## **Revisão de pesquisas internacionais sobre a relação entre criatividade e bem-estar subjetivo**

*Review of international research on the relationship between creativity and subjective well-being*

*Revisión de la investigación internacional sobre la relación entre creatividad y bienestar subjetivo*

---

### **Janaina Chnaider**

Mestranda do curso de pós-graduação stricto sensu em Psicologia da Puc-Campinas,  
São Paulo – Brasil

<https://orcid.org/0000-0001-5567-6698>.  
[jana\\_chnaider@hotmail.com](mailto:jana_chnaider@hotmail.com).

### **Tatiana de Cassia Nakano**

Docente do curso de pós-graduação stricto sensu em Psicologia da PUC-Campinas, São  
Paulo – Brasil

<http://orcid.org/0000-0002-5720-8940>  
[tatiananakano@hotmail.com](mailto:tatiananakano@hotmail.com)

---

### **Resumo**

A associação da criatividade à saúde mental é amplamente discutida na psicologia. Dentre os benefícios, considera-se o aumento do bem-estar. O objetivo deste trabalho foi revisar a literatura internacional sobre a relação entre criatividade e do Bem-Estar Subjetivo (BES) nas bases de dados Capes, Pepsic e Scielo. A partir da combinação dos descritores “well-being” and “creativity”, foram encontrados 143 artigos, dos quais analisou-se 18 após considerar os critérios de inclusão e exclusão. Os resultados indicam o predomínio de estudos que identificaram a existência da relação entre os construtos, em que a estimulação da criatividade favorece o

aumento do BES, assim como a relação de ambas variáveis com outros construtos como a motivação e a personalidade. Conclui-se que compreender a relação da criatividade com o BES é fundamental no desenvolvimento de estratégias que visem a promoção de saúde mental.

**Palavras-chave:** *psicologia; psicologia positiva; estado da arte.*

#### **Abstract**

*The association of creativity with mental health is widely discussed in psychology. Among the benefits, there is an increase in well-being. This paper aimed to review the international literature on the relationship between creativity and Subjective Well-Being (SWB) in the Capes, PePSIC, and SciElo databases. From the combination of the descriptors "well-being" and "creativity", 143 articles were found, of which 18 were analyzed after considering the inclusion and exclusion criteria. The results indicate the predominance of studies that identified the relationship between the constructs. The stimulation of creativity favors the increase of SWB and the relationship of both variables with other constructs such as motivation and personality. It is concluded that understanding the relationship between creativity and SWB is fundamental developing strategies aimed at promoting mental health.*

**Keywords:** *psychology; positive psychology; state of art.*

#### **Resumen**

*La asociación de la creatividad con la salud mental es ampliamente discutida en psicología. Entre los beneficios, hay un aumento en el bienestar. El objetivo de este trabajo fue revisar la literatura internacional sobre la relación entre la creatividad y el Bienestar Subjetivo (BS) en las bases de datos Capes, PePSIC y SciElo. A partir de la combinación de los descriptores "well-being" y "creativity", se encontraron 143 artículos, de los cuales 18 se analizaron después de considerar los criterios de inclusión y exclusión. Los resultados indican el predominio de estudios que identificaron la existencia de la relación entre los constructos, en la que la estimulación de la creatividad favorece el aumento de BS, así como la relación de ambas variables con otros constructos como la motivación y la personalidad. Se concluye que comprender la relación entre creatividad y BS es fundamental en el desarrollo de estrategias destinadas a promover la salud mental.*

**Palabras clave:** *psicología; psicología positiva; estado del arte.*

---

#### **Introdução**

A criatividade e o bem-estar subjetivo (BES) são definidos como habilidades conceitualmente distintas, mas intimamente relacionadas. Compreendida como um construto complexo e multidimensional, que envolve a interação entre habilidade e o processo pelo qual um indivíduo ou grupo produz um resultado ou produto que é considerado, ao mesmo tempo, novo e útil para um determinado contexto (Plucker, Beghetto, & Daw, 2004), a criatividade vem sendo ressaltada como um fator que tem

mostrado impacto positivo na saúde física, mental e emocional (Behroozi, Manesh, Fadaiyan, & Behroozi, 2014).

O bem-estar, por sua vez, é compreendido a avaliação que o sujeito faz de sua vida, considerando-se avaliações sobre si mesmo (autoaceitação), senso de crescimento e desenvolvimento enquanto pessoa (crescimento pessoal), assim como a crença de que a vida tem um significado e propósito (propósito na vida) (Homan, 2016). Resultados de pesquisas têm sugerido que a criatividade pode melhorar o bem-estar e vice-versa (Vittersø & Dahl, 2013; Wechsler, Oliveira, & Tonete-Suárez, 2015) de modo que, em conjunto, tais construtos podem ajudar os indivíduos a desenvolver e realizar seu potencial (Jongbloed, Fanchini, & Dirani, 2016).

A relação se baseia na constatação de que a criatividade possibilita que os indivíduos possam desenvolver recursos pessoais e comportamentais mais saudáveis (Liminana-Gras, Berná-Corbalán, & Sánchez-López, 2009), assim como sentimentos de bem-estar, de forma a favorecer o desenvolvimento de recursos pessoais e comportamentais mais saudáveis e melhor percepção sobre o seu bem-estar, dentro de uma proposta de promoção da saúde mental (Behroozi et al., Garcês, Pocinho, & Jesus, 2013).

Tal característica atua de forma positiva para o desenvolvimento do bem-estar físico e psicológico, resultando em melhor percepção de saúde, redução do estresse e depressão (Leckey, 2011), sendo, por tal motivo, a relação entre criatividade e bem-estar investigada junto a diferentes populações e contextos (Bonfante, 2014; Jalali & Heidari, 2016; Leckey, 2011; O'Shea, & Leime, 2011; Reynolds, 2010; Seo, Chae, & Lee, 2015).

Atenção especial vem sendo dada à investigação dessa relação no contexto educacional (Beauregard, 2014; Celume, Sovet, Lubart, & Zenasni, 2017; Fanchini, Jongbloed, & Dirani, 2018; Gordon & O'Toole, 2015; Jongbloed, Fanchini, & Dirani, 2016; Southern, 2019), ainda que pesquisas em outras áreas também sejam encontradas, por exemplo, a organizacional (Garcês, Pocinho, Jesus, Câmara, & Martins, 2020; Miao & Cao, 2019; Rasulzada & Dakert, 2009), artes (Cameron, Crane, Ings, & Taylor 2013; Waddington-Jones, King, & Burnard, 2019) ou espiritualidade (Sharma, 2019).

Discussões mais recentes se focam na investigação da influência dos afetos positivos, ou estados de humor positivos na produção criativa (Conner, DeYoung, &

Silvia, 2017), sendo que os principais achados têm demonstrado que a vivência de afetos positivos favorece o aumento dos índices de criatividade (Besançon, Fenouillet, & Shankland, 2015), o processo de resolução de problemas (Ashby, Isen, & Turken, 1999) e o pensamento divergente (Lin, Tsai, Lin, & Chen, 2014). Nesse mesmo sentido, alguns traços da personalidade criativa parecem potencializar o bem-estar subjetivo, bem-estar psicológico, o otimismo e a resiliência (Saramago, 2012; Saque, 2018), de modo que o desenvolvimento da criatividade se relacionaria à saúde e produção de estados emocionais que favorecem o bem-estar do sujeito, se opondo aos processos de doença (Oliveira, 2010). Conseqüentemente, a maior parte das pesquisas tem indicam que, para maioria da população, a criatividade e o bem-estar apresentam uma relação positiva (Hughes & Wilson, 2017). Considerando-se o exposto, objetivo deste trabalho foi revisar a literatura internacional sobre a relação da criatividade e o bem estar.

### **Método**

No mês de agosto de 2019, foi realizada uma busca com os descritores combinados em inglês “well-being” and “creativity”, nas bases de dados da Coordenação de Aperfeiçoamento de Pessoal de Nível Superior (CAPES), Periódicos Eletrônicos de Psicologia (PePSIC) e Scientific Electronic Library Online (SciELO). Para esta pesquisa considerou-se, como critérios de inclusão, artigos empíricos, sem limitação de ano de publicação, em qualquer idioma e que continham, no assunto, tanto a temática do BES quanto da criatividade. Em um total de 143 artigos localizados em um primeiro momento, foram posteriormente excluídos aqueles que eram do tipo artigos teóricos, revisão de literatura, teses e dissertações, bem como aqueles que não apresentavam acesso ao texto completo. Posteriormente, a leitura integral dos textos, foi realizada, após aplicação dos critérios de exclusão citados. Aquelas trabalhos que estavam em duplicidade (em mais de uma base de dados) ou que não abordavam diretamente a temática, foram excluídos.

É importante destacar que, após a seleção dos trabalhos conforme procedimento apresentado, os artigos localizados nas bases PePSIC e SciELO foram excluídos, por não atenderem aos critérios e elegibilidade. De tal forma a busca resultou na inclusão de artigos apenas da base de dados da CAPES. Após a leitura dos trabalhos, 18 publicações

foram selecionadas (Figura 1), as quais foram analisadas em relação ao ano de publicação, tipo de pesquisa, amostra envolvida (idade, gênero, número de participantes), outros construtos estudados nas pesquisas, instrumentos e técnicas utilizadas e principais resultados encontrados.

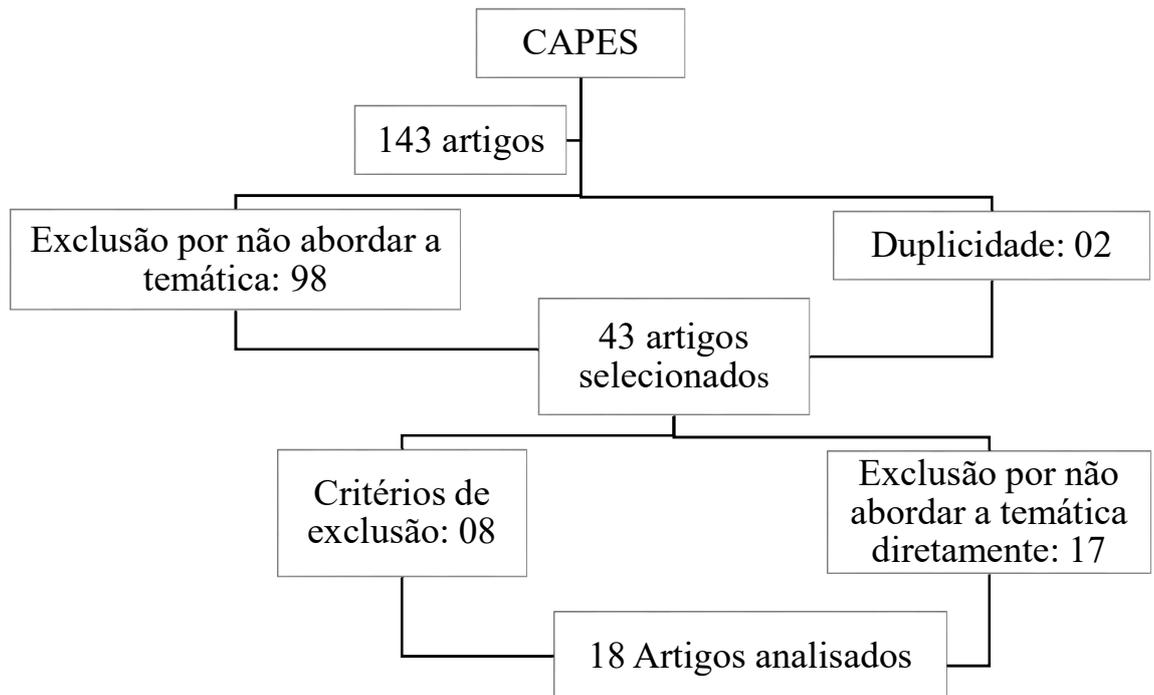


Figura 1. Fluxograma de seleção dos artigos analisados

## Resultados

Dentre os artigos analisados, pode-se ver que, em relação ao ano de publicação, a última década concentrou toda a produção localizada (Gráfico 1), de modo que se pode afirmar um interesse recente na temática. O Gráfico mostra que o trabalho mais antigo foi publicado em 2010 e, o mais recente, em 2018. Um maior interesse pela temática pode ser notado em 2015, mas que, no entanto, não se mantém constante nos anos seguintes. Se considerarmos o número de artigos encontrado, uma média de dois artigos por ano investigando a relação entre criatividade e bem-estar subjetivo foi encontrada, valor que

pode ser considerado bastante baixo perante a importância de ambos os construtos para a saúde mental.



Gráfico 1. *Distribuição de publicações por ano*

Pode-se observar que, ainda que as pesquisas sobre criatividade e BES apresentam um picos em determinados anos (por exemplo, 2011 e 2015) e que quantidade de publicações acerca do assunto não se mantém crescente, oscilando entre períodos marcados por aumentos e quedas da produção científica. Uma possível hipótese para tal quadro, se refere ao fato de que a relação entre os conceitos não é abordada explicitamente, uma vez que grande parte dos estudos que discutem a relação entre estes construtos não possuem, como foco principal, a discussão desta temática (Humes, 2011). Os construtos são utilizados, juntamente com vários outros, na investigação de populações ou quadros específicos.

Em relação ao tipo do estudo, como exemplos de pesquisas qualitativas, foram consideradas aquelas que fizeram uso de entrevistas, análise documental, observação, dentre outros. Já as pesquisas classificadas como quantitativas envolveram análise

estatística de dados, geralmente fazendo uso de instrumentos e/ou estimativas como frequência e porcentagem. As pesquisas mistas foram aquelas que fizeram uso de ambos os tipos citados.

A análise indicou predomínio dos trabalhos quantitativos, que corresponderam a 55,56% dos artigos encontrados. Uma hipótese para tal dado se ampara na constatação de que, mais comumente, as pesquisas sobre criatividade tendem a adotar o viés quantitativo, objetivando analisar este construto a partir da sua quantificação e consequente conhecimento do nível criativo apresentado pelo sujeito (Lubart, 2007). Considerando-se isto, pode-se supor que, devido a utilização conjunta da criatividade nas pesquisas analisadas, o predomínio de investigações quantitativas pode ser compreendido.

As pesquisas que apresentaram método misto (quantitativo e qualitativo) somaram 27,78% da amostra, enquanto os estudos qualitativos equivaleram a 16,67% das pesquisas analisadas. Tal classificação pode ser justificada perante o fato de que, conforme apontado por Reynolds (2010), grande parte dos trabalhos que buscam compreender a relação entre a criatividade e o BES optam pela abordagem qualitativa, talvez pelo fato do bem-estar subjetivo ser mais frequentemente avaliado por meio de abordagens qualitativas.

Em seguida, a identificação dos participantes das pesquisas foi feita, considerando-se a idade, gênero e a quantidade (n) de participantes envolvida nas pesquisas. Os dados são apresentados na Tabela 1 e indicam predominância de estudos voltados a jovens adultos e adultos (entre 17 e 59 anos), ressaltando-se, no entanto, a quantidade de pesquisas que não informaram a idade dos participantes (38,89%). É importante destacar o reduzido número de pesquisas conduzidas com crianças e idosos.

Tabela 1.

*Dados Amostrais das Pesquisas Analisadas.*

Amostra	Total	
	F	%
até 16	2	11,11
17 a 59	6	33,33
60 ou mais	3	16,67
Não informado	7	38,89

<b>Gênero</b>	Feminino e Masculino	14	77,78
	Feminino	2	11,11
	Não informado	2	11,11
<b>N</b>	até 100	7	38,89
	101-200	7	38,89
	>400	4	22,22

Ainda que a literatura sobre psicologia positiva, que contempla os dois construtos investigados, venha reforçando a importância de que tais habilidades sejam estimuladas desde idades precoces, a fim de que seus efeitos possam ser mais efetivos e ampliados (Nakano, Zaia, & Oliveira, 2018), na revisão aqui realizada, somente dois estudos tiveram crianças e adolescentes como foco. Do mesmo modo, o baixo número de pesquisa com a população idosa salienta a escassez de investigações com este público em diversas áreas, especialmente estudos que abordam construtos próprios da Psicologia Positiva. Isso porque, perdurou, durante muito tempo, uma tendência de se investigar o envelhecimento como um período associado a perdas e déficits (Bezerra, Almeida, & Nóbrega-Therrien, 2012). Somente mais recentemente, o conceito de envelhecimento saudável passou a ser foco de interesse de pesquisadores (Martinez, Magalhães, & Pedroso, 2018).

Em relação ao gênero, houve predominância de amostras mistas, contemplando tanto homens quanto mulheres, conjuntamente. Interessantemente, foram encontradas duas pesquisas envolvendo somente mulheres, o que não aconteceu em relação aos homens. Por fim, em relação ao número de participantes, houve equilíbrio entre pesquisas que foram desenvolvidas em amostras contendo até 100 participantes ou aquelas entre 101 e 200. Assim, no que se refere ao tamanho amostral ( $n$ ), o predomínio de estudos com amostra entre 101 e 200 participantes pode ser relacionado ao delineamento quantitativo das pesquisas, o qual demanda uma quantidade de participantes mais robusta.

Além da criatividade e do BES, buscou-se identificar se outros construtos também foram inseridos nas pesquisas. Ao todo foram identificados 10 construtos, dentre os quais a motivação e a personalidade corresponderam a 16,7 % dos estudos analisados. Outros construtos, como autoeficácia, autoeficácia criativa, estilos de pensar, felicidade, flow, qualidade de vida, e temperamento, corresponderam a 8,33% cada.

Supõe-se que a predominância da motivação e personalidade pode se justificar perante o fato de que estes construtos têm sido investigados associados ao BES e criatividade, em pesquisas nacionais e internacionais. Nas diferentes teorias de criatividade, por exemplo, tais elementos são considerados como fundamentais, para que a expressão criativa aconteça. Como exemplos, podem ser citadas a Teoria do Investimento em Criatividade de Sternberg (1988) e o Modelo Componencial de Criatividade, proposto por Amabile (1983).

O primeiro modelo considera tanto fatores ambientais quanto pessoais na expressão criativa, de modo que, dentre as características pessoais que podem ser impeditivas ou estimuladoras da expressão criativa encontram-se a motivação e traços de personalidade. Já a teoria defendida por Amabile descreve a criatividade como resultado da motivação, habilidades relevantes de domínio e processos criativos relevantes, além de traços de personalidade (Alencar & Fleith, 2003).

Do mesmo modo, a relação entre o bem-estar e traços de personalidade vem despertando a atenção de pesquisadores (Cornner, Deyoung, & Silvia, 2016; Davis, Kaufman, & McClure, 2011; Schimmack & Kim, 2020). Igualmente, a relação entre bem-estar e motivação tem ganhado força (Tymms & Peters, 2020), especialmente em contexto escolar (Besançon, Fenouillet, & Shankland, 2015) e universitário (Davis et al., 2011). Assim, se verificarmos que os construtos isoladamente, ambos têm a relação com personalidade e motivação investigadas, a mesma situação ocorreu quando considerado o BES e a criatividade conjuntamente.

Em seguida, os instrumentos e outras técnicas utilizadas para coleta de dados nas pesquisas foram analisados. Ressalta-se que a quantidade de instrumentos, instrumentos e técnicas identificados nos estudos é superior a quantidade de artigos analisados pois, em todos os trabalhos, foi empregada mais de uma forma de avaliação devido à variedade de construtos avaliados para atingir os objetivos propostos nas pesquisas. Ao total foram encontrados 27 diferentes instrumentos, métodos e técnicas nos artigos analisados.

Na avaliação da criatividade, foram identificados 19 métodos para mensuração desta variável. O testes psicológicos foram utilizados em 26,3% dos estudos, dentre os quais estavam o Creative Domains Questionnaire (CDQ), que mensura criatividade autorreferida, o Creativity Assessment Packet (CAP) que envolve avaliação dos traços

da personalidade criativa, Creativity Questionnaire, que avalia fluidez, flexibilidade, originalidade e elaboração, o Evaluation of Potential of Creativity (EPoC) que mede as duas unidades principais de processos de pensamento criativo (divergente-exploratório e convergente-integrativo) e o Randsyp Creativity Invent. Outras técnicas envolveram o uso de entrevistas semiestruturadas, observação de campo e questionários desenvolvidos especificamente para as pesquisas, corresponderam a 15,8% cada, análise de vídeo (10,5%), desenho do rosto humano, diário (anotações diárias do participante a respeito de ações criativa) e entrevista dialógica corresponderam a 5,26% cada.

Assim como na avaliação da criatividade, foram identificadas diversas formas para mensurar o BES, que ao todo somaram 21 técnicas e instrumentos. Entre eles, a presença de testes psicológicos foi majoritária, presente em 33,33% dos estudos. Dentre os sete instrumentos utilizados para mensurar o BES, a Satisfaction With Life Scale (SWLS), Scales of Psychological Well-Being, Greater Cincinnati Chapter Well-Being Observation Tool (GCWBT) foram utilizados em dois estudos. Já o Canterbury Well-Being Scale (CWS), o Subjective well-being questionnaire e o Subjective Well-being Scale (SWS), foram identificados em um artigo cada. Outras formas de coleta de dados, envolveram questionários (23,81%), entrevistas semiestruturadas (14,29%), análise de vídeo e observações de campo (9,52% cada), enquanto o diário (anotação autoavaliativa do bem-estar) e a entrevista dialógica equivaleram a 4,76% cada.

A última categoria de análise buscou identificar os principais resultados obtidos nas pesquisas selecionadas neste estudo (Quadro 1). De modo geral, a maior parte das pesquisas relatou resultados que confirmaram a relação entre criatividade e bem-estar subjetivo (Brewster & Cox, 2019; Conner et al., 2017; Gostoli, Cerini, Piolanti, & Rafanellim, 2017; Gross, Danilova, Vandehey, & Diekoff, 2015; Jalali & Heidari, 2016; O'shea & Léime, 2012; Reynolds, 2010; Sabeti, 2015; Sauer, Fopma-Loy, Kinney, & Lokon, 2014; Seo et al., 2015; Tamannaefar & Motaghedifard, 2014; Vittersø & Dahl, 2013; Zeilig, Tischler, Williams, West, & Strohmaier, 2018). Somente dois estudos trouxeram, como resultado, a ausência de relação significativa entre os construtos (Besançon et al., 2015; Davis et al., 2011).

É importante destacar que grande parte dos estudos utilizaram a criatividade como ferramenta para melhoria do BES, e não focaram em avaliar o efeito contrário. Os dados

apresentados nos artigos analisados sugerem, majoritariamente, que a criatividade possui influência direta no aumento do nível de BES, assumindo função relevante na manutenção da saúde mental (Reynolds, 2010). Tais resultados também são reportados por outros estudos, nacionais (Bonfante, 2014; Jesus, Imaginário, Moura, Viseu, & Rus, 2014) e internacionais (Cera, Cristini, & Antonietti, 2018; Saramago, 2012; Saque, 2018), os quais também apontaram a relação positiva entre os construtos.

Dentre os benefícios da criatividade e do aumento do BES defendidos na literatura, reside na compreensão de que estimular o potencial criativo possibilita maior engajamento e interação social (Brewster & Cox, 2019; O'Shea & Léime, 2012), satisfação com a vida (Cera et al., 2018) e saúde mental (Jesus et al., 2014). É importante destacar os resultados positivos encontrados em relação a populações minoritárias e pouco investigadas. Outrossim, quando a estimulação do potencial criativo ocorre com a população idosa, a criatividade assume função de atividade de aprendizagem, provocando, neste público, o sentimento de jovialidade (Sabeti, 2015), ferramenta auxiliar no enfrentamento de mudanças de saúde (Reynolds, 2010) e na qualidade de vida (O'Shea & Léime, 2012).

Quadro 1. *Principais Resultados encontrados.*

<b>Autor, ano</b>	<b>Principais Resultados</b>
Reynolds (2010)	A expressão criativa através da arte ajuda os idosos a manter o bem-estar subjetivo diante de mudanças na saúde.
Davis et al. (2011)	Não houve relação entre criatividade e bem-estar.
O'Shea e Léime (2012)	Programas de artes impactam positivamente na qualidade de vida dos idosos. A criatividade na idade mais avançada pode melhorar a saúde e o bem-estar de algumas pessoas.
Vittersø e Dahl (2013)	Foi encontrada relação entre a criatividade e a dimensão eudaimonica do Bem Estar.
Bujacz et al. (2014)	O envolvimento em uma tarefa criativa aumentou os sentimentos positivos dos participantes

---

Sauer et al. (2014)	Os resultados sugerem que a participação em programas que oferecem oportunidades de autoexpressão criativa possibilita a autopercepção de maior bem-estar.
Tamannaefar e Motaghedifard (2014)	Houve relação significativa entre a criatividade e os aspectos subjetivos, emocionais, bem-estar psicológico e social.
Besançon et al. (2015)	Não houve relação entre criatividade e bem-estar.
Burnard e Dragovic (2015)	A execução de atividades que estimulem a criatividade, como a aprendizagem musical, favorece o bem estar dos alunos
Gross et al. (2015)	Melhorias significativas em cinco domínios do bem-estar após participação em programa criativo
Sabeti (2015)	A escrita criativa para os indivíduos estudados propiciou maior sentimento de bem-estar
Seo et al. (2015)	O bem-estar subjetivo modera a relação entre autoeficácia criativa e conhecimento individual
Jalali e Heidari (2016)	Existe uma relação significativa entre felicidade, bem-estar subjetivo, criatividade e desempenho profissional de professores de escolas primárias avaliadas.
Conner et al. (2017)	A criatividade cotidiana se mostrou um meio de cultivar o funcionamento psicológico positivo.
Gostoli et al. (2017)	Foram encontradas relações significativas entre a criatividade e os domínios de autonomia e crescimento pessoal, que compõem o bem estar
Fanchini, Jongbloed e Dirani (2018)	Criatividade e bem-estar, através de seus componentes distintos, se relacionam significativamente com o sucesso escolar do aluno.
Brewster e Cox (2019)	A prática de fotografia enquanto prática criativa oferece benefícios como a melhoria do bem-estar.
Zeilig et al. (2018)	A criatividade praticada de forma coletiva (entre pessoas com demência e seus parceiros) promoveu aumento do bem-estar

---

### Considerações finais

A partir dos resultados encontrados, pode-se verificar a data recente das pesquisas e variedade de instrumentos e técnicas empregadas para o estudo da criatividade e do BES, reflexo da multiplicidade de teorias e definições, acaba por evidenciar a contemporaneidade da temática. Algumas limitações do estudo devem ser citadas, envolvendo, a seleção das bases de dados (de modo que diversos estudos que não estão disponibilizados em tais bases não foram identificados), a escolha por analisar somente as pesquisas internacionais e as palavras-chave utilizadas podem ter restringido o acesso a pesquisas na temática. Desse modo, recomenda-se cautela na generalização dos dados aqui relatados. Estudos futuros envolvendo outras bases, incluindo-se pesquisas nacionais são recomendados, de modo a ampliar os resultados aqui apresentados.

Diante dos resultados positivos da influência da criatividade no bem-estar subjetivo, a estimulação do potencial criativo em diferentes públicos com diferentes faixas etárias se mostra importante, considerando-se sua influência em diferentes aspectos da saúde mental. Estudos longitudinais e de intervenção baseados na estimulação dos dois construtos poderão contribuir para a melhoria da saúde mental da população, devendo ser incentivados.

### Referências

- Alencar, E. M. L. S., & Fleith, D. S. (2003). Contribuições teóricas recentes ao estudo da criatividade. *Psicologia: Teoria e Pesquisa*, 19(1), 1-8. <http://doi.org/10.1590/S0102-37722003000100002>
- Amabile, T. M. (1983). The social psychology of creativity: A componential conceptualization. *Journal of Personality and Social Psychology*, 45(2), 357-376.
- Ashby, F. G., Isen, A. M., & Turken, A. U. (1999). A neuropsychological theory of positive affect and its influence on cognition. *Psychological Review*, 106, 529-550. Recuperado de: <https://www.ncbi.nlm.nih.gov/pubmed/10467897>
- Behroozi, M., Manesh, M.A., Fadaiyan, B., & Behroozi, S. (2014). Investigation of relationship among creativity, spiritual intelligence, perfectionism and mental health of bushehr artists. *Procedia: Social and Behavioral Sciences*, 143, 399-403. <http://doi.org/10.1016/j.sbspro.2014.07.502>.

- Besançon, M., Fenouillet, F., & Shankland, R. (2015). Influência do ambiente escolar no potencial criativo, motivação e bem-estar dos adolescentes. *Learning and differences individuals*, 43, 178-184. <http://doi.org/10.1016/j.lindif.2015.08.029>
- Bezerra, F. C., Almeida, M. I., & Nóbrega-Therrien, S. M. (2012). Estudos sobre envelhecimento no Brasil: uma revisão bibliográfica. *Revista Brasileira de Geriatria e Gerontologia*, 15(1), 155-167. Recuperado de <http://www.scielo.br/pdf/rbgg/v15n1/17.pdf>
- Bonfante, K. (2014). *Barreiras à criatividade e bem-estar de estudantes do ensino médio e do ensino médio integrado de escolas públicas do Distrito Federal*. Dissertação de Mestrado. Programa de Pós-Graduação em Psicologia. Universidade Católica de Brasília.
- Bujacz, A., Dunne, S., Fink, D., Gatej, AR, Karlsson, E., Ruberti, V., & Wronska, MK (2014). Does Creativity Make You Happy? The Influence of Creative Activity on Hedonic and Eudaimonic Well-being. *Journal of European Psychology Students*, 5 (2), 19-23. <http://doi.org/10.5334/jeps.by>
- Burnard, P., & Dragovic, T. (2015) Collaborative creativity in instrumental group music learning as a site for enhancing pupil wellbeing. *Cambridge Journal of Education*, 45 (3), 371-392. <http://doi.org/10.1080/0305764X.2014.934204>
- Brewster, L., & Cox, A. M. (2019). The daily digital practice as a form of self-care: Using photography for everyday well-being. *Health*, 23(6), 621-638. <http://doi.org/10.1177/136345931>
- Cameron, M., Crane, N., Ings, R., & Taylor, K. (2013). Promoting well-being through creativity: how arts and public health can learn from each other. *Perspectives in Public Helath*, 133(1), 52-59. <https://doi.org/10.1177/1757913912466951>
- Cera, R., Cristini, C., & Antonietti, S. (2018). Conceptions of learning, well-being and creativity in older adults. *Educational, Cultural and Psychological Studies*, 18, 241-274. <http://doi.org/10.7358/ecps-2018-018-cera>.
- Conner, T. S., DeYoung, C. G., & Silvia, P. J. (2017). Everyday creative activity as a path to flourishing. *The Journal of Positive Psychology*, 13, 181-189. <http://doi.org/10.1080/17439760.2016.1257049>

- Davis, C. D., Kaufman, J. C., & McClure, F. H. (2011). Non-cognitive constructs and self-reported creativity by domain. *The Journal of Creative Behavior*, 45(3), 188-202. <http://doi.org/10.1002/j.2162-6057.2011.tb01426.x>.
- Fanchini, A., Jongbloed, J., & Dirani, A. (2019). Examining the well-being and creativity of schoolchildren in France. *Cambridge Journal of Education*, 49(4), 391-416. <http://doi.org/10.1080/0305764X.2018.1536197>
- Garcês, S., Pocinho, M., & Jesus, S. N. (2013). Predição da criatividade e saúde mental. *Psicologia, Saúde & Doenças*, 14(2), 272-279. Recuperado de [http://www.scielo.mec.pt/scielo.php?script=sci\\_arttext&pid=S1645-00862013000200003&lng=pt&tlng=es](http://www.scielo.mec.pt/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1645-00862013000200003&lng=pt&tlng=es).
- Garcês, S., Pocinho, M., Jesus, S. N., Câmara, E., & Martins, P. (2020). Exploring creativity and wellbeing characteristics in Portuguese tourists. *Journal of Spatial and Organizational Dynamics*, 8(1), 4-15. Recuperado de <https://www.jsod-cieo.net/journal/index.php/jsod/article/view/220/176>
- Gostoli, S., Cerini, V., Piolanti, A & Rafanellim, C. (2017). Creativity, Bipolar Disorder Vulnerability and Psychological Well-Being: A Preliminary Study. *Creativity Research Journal*, 29 (1), 63-70. <http://doi.org/10.1080/10400419.2017>
- Gross, S. M., Danilova, D., Vandehey, M. A., & Diekhoff, G. M. (2015). Creativity and dementia: Does artistic activity affect well-being beyond the art class? *Dementia*, 14(1), 27-46. <http://doi.org/10.1177/1471301213488899>
- Homan, K. J. (2016). Self-compassion and psychological well-being in older adults. *Journal of Adult Development*, 23, 111-119. <http://doi.org/10.1007/s10804-016-9227-8>.
- Hughes, G., & Wilson, C. (2017). From transcendence to general maintenance: exploring the creativity and wellbeing dynamic in higher education. In F. Reisman (Ed.), *Creativity, innovation and wellbeing* (pp.23-65). London: KIE Conference Publications.
- Humes, W. (2011). Creativity and Wellbeing in Education: Possibilities, Tensions and Personal Journeys. *Team Journal* 2(1). Recuperado de <http://bit.ly/tmkJYf>

- Jalali, Z., & Heidari, A. (2016). The relationship between happiness, subjective well-being, creativity and job performance of primary school teachers in Ramhormoz city. *International Education Studies*, 9 (6), 45-52. <http://doi.org/10.5539/ies.v9n6p45>
- Jesus, S. N., Imaginário, S., Moura, I., Viseu, J., & Rus, C. (2014). Criatividade e motivação dos artistas como preditores da sua saúde mental. *Psicologia, Saúde & Doenças*, 15(3), 554-566. <http://doi.org/10.15309/14psd150301>
- Jongbloed, J., Fanchini, A., & Dirani, A. (2016). Flourishing at school in France: creativity and wellbeing in flux in preadolescence? *Society for Longitudinal and Life Course Studies*. Recuperado de <https://halshs.archives-ouvertes.fr/halshs-01413152/>
- Leckey, J. (2011). The therapeutic effectiveness of creative activities on mental well-being: a systematic review. *Journal of Psychiatric and Mental Health*, 18(6), <https://doi.org/10.1111/j.1365-2850.2011.01693.x>
- Liminana-Gras, R. M., Berná-Corbalán, F. J., & Sánchez-López, M. P. (2009). Thinking styles and coping when caring for a child with severe spina bifida. *Journal of Developmental and Physical Disabilities*, 21(3), 169-183. <http://doi.org/10.1007/s10882-009-9133-0>
- Lin, W. L., Tsai, P. H., Lin, H. Y., & Chen, H. C. (2014). How does emotion influence different creative performances? The mediating role of cognitive flexibility. *Cognition and Emotion*, 28, 834-844. <http://doi.org/10.1080/02699931.2013.854195>
- Lubart, T. (2007). *Psicologia da Criatividade*. Porto Alegre: Artmed.
- Martinez, L. C. F., Magalhães, C. M. C., & Pedroso, J. S. (2018). Envelhecimento saudável e autoeficácia do idoso: revisão sistemática. *Revista de Psicologia da IMED*, 10(2), 103-118. <http://doi.org/10.18256/2175-5027.2018.v10i2.2790>
- Miao, R., & Cio, Y. (2019). High-Performance Work System, Work Well-Being, and Employee Creativity: Cross-Level Moderating Role of Transformational Leadership. *International Journal of Environment Research and Public Health*, 16(9), 1640. <https://doi.org/10.3390/ijerph16091640>
- Nakano, T. C. Zaia, P., & Oliveira, K. S. (2018). Programas e modelos de treinamento em criatividade: aplicações educacionais. In T. C. Nakano (Org.), *Psicologia Positiva aplicada a educação* (pp.141-160). São Paulo: Vetor.

- Nakano, T. C., Machado, W. L., & Abreu, I. C. C. (2019). Relações entre estilos de pensar e criar, bem-estar, saúde percebida e estresse na terceira idade. *Psico-USF*, 24(3), 555-568. <http://doi.org/10.1590/1413-82712019240312>
- O'Shea, E., & Léime, A. N. (2012). The impact of the Bealtaine arts programme on the quality of life, wellbeing and social interaction of older people in Ireland. *Ageing & Society*, 32, 851-872. <http://doi.org/10.1017/S0144686X1100717>
- Oliveira, Z. M. F. (2010). Fatores influentes no desenvolvimento do potencial criativo. *Estudos de Psicologia (Campinas)*, 27(1), 83-92. <http://doi.org/10.1590/S0103-166X2010000100010>
- Plucker, J. A., Beghetto, R. A., & Dow, G. T. (2004). Why isn't creativity more important to educational psychologists? Potentials, pitfalls, and future directions in creativity research. *Educational Psychology*, 39, 83-96. [http://doi.org/10.1207/s15326985ep3902\\_1](http://doi.org/10.1207/s15326985ep3902_1)
- Rasulzada, F., & Dackert, I. (2009). Organizational Creativity and Innovation in Relation to Psychological Well-Being and Organizational Factors. *Creativity Research Journal*, 21(2-3), 191-198. <http://doi.org/10.1080/10400410902855283>
- Reynolds, F. (2010). 'Colour and communion': Exploring the influences of visual art-making as a leisure activity on older women's subjective well-being. *Journal of Aging Studies*, 24 (2), 135-143. <http://doi.org/10.1016/j.jaging.2008.10.004>
- Sabeti, S. (2015). Creative ageing? Selfhood, temporality and the older adult learner. *International Journal of Life Long Education*, 34 (2), 211-229. <http://doi.org/10.1080/02601370.2014.987710>
- Saque, M.F.T.B. (2018). *A influência da criatividade na percepção de bem-estar de jovens universitários*. Dissertação de Mestrado. Psicologia Clínica. Universidade Lusíada de Lisboa. Lisboa, Portugal.
- Saramago, T.F.P.P. (2012). *Criatividade e bem-estar na população reclusa do Algarve*. Dissertação de Mestrado. Faculdade de Ciências Humanas e Sociais. Universidade do Algarve.
- Sauer, P. E., Fopma-Loy, J., Kinney, J. M., & Lokon, E. (2016). "It makes me feel like myself": Person-centered versus traditional visual arts activities for people with dementia. *Dementia*, 15(5), 895-912. <https://doi.org/10.1177/1471301214543958>

- Schimmack, U. & Kim, H. (2020). An integrated model of social psychological and personality psychological perspectives on personality and wellbeing. *Journal of Research in Personality*, 84. <http://doi.org/10.1016/j.jrp.2019.103888>
- Seo, Y. W., Chae, S. W., & Lee, K. C. (2015). The impact of absorptive capacity, exploration, and exploitation on individual creativity: Moderating effect of subjective well-being. *Computers in Human Behavior*, 42 (68), 82. <http://doi.org/10.1016/j.chb.2014.03.031>
- Sharma, N. D. (2018). Mind over Matter: Science of Spirituality, Wellbeing & Creativity. *Journal of Consciousness Exploration & Research*, 9(8). Recuperado de <https://jcer.com/index.php/jcj/article/view/777>
- Sternberg, R. J. (1988). *A three-facet model of creativity*. In R. J. Sternberg (Ed.), *The nature of creativity: Contemporary psychological perspectives* (p. 125–147). Cambridge University Press.
- Tamannaefar, M. R & Motaghedifard M. (2014). Subjective well-being and its subscales among students: The study of role of creativity and self-efficacy. *Thinking Skills and Creativity*, 12, 37-42. <http://doi.org/10.1016/j.tsc.2013.12.003>
- Vittersø, J., & Dahl, T. I. (2013). What's in a face? Perhaps some elements of both eudaimonic and hedonic well-being, *The Journal of Positive Psychology*, 8 (4), 337-345. <http://doi.org/10.1080/17439760.2013.803597>
- Waddington-Jones, C., King, A., & Burnard, P. (2019). Exploring wellbeing and creativity through collaborative composition as part of Hull 2017 City of Culture. *Frontiers in Psychology*, 10, 548. <http://doi.org/10.3389/fpsyg.2019.00548>
- Wechsler, S.M., Oliveira, K.S., & Tonete-Suárez, J. (2015). Criatividade e saúde mental: desenvolvendo as forças positivas de caráter. *Boletim Ibero-Americano de Criatividade e Inovação*, 8, 156-157. Recuperado de [http://www.criabrasilis.org.br/noticias/bcriai\\_numero\\_oito\\_boletim\\_iberamericano\\_de\\_criatividade\\_e\\_inovacao/24](http://www.criabrasilis.org.br/noticias/bcriai_numero_oito_boletim_iberamericano_de_criatividade_e_inovacao/24)
- Zeilig, H., Tischler, V., Williams, M. V. D. B., West, J., & Strohmaier, S. (2018). Co-creativity, well-being and agency: A case study analysis of a co-creative arts group for people with dementia. *Journal of Aging Studies*, 49, 16-24. <http://doi.org/10.1016/j.jaging.2019.03.002>