

ASPECTOS CONVERGENTES ENTRE A PSICOMOTRICIDADE E A ANÁLISE BIOENERGÉTICA

João Altair Soares dos Santos

Este texto pretende investigar os aspectos convergentes entre a Psicomotricidade Relacional de André Lapierre e a Análise Bioenergética de Alexandre Lowen. Ambos propõem uma educação preventiva e menos repressora, atenta ao estágio de desenvolvimento da criança e às suas necessidades, devendo evitar frustrações prematuras que poderão causar dificuldades futuras em suas vidas psíquicas.

Análise Bioenergética desenvolvida por Alexander Lowen, baseia-se na Teoria Caractero-Analítica do médico e psicanalista Wilhelm Reich (1897-1957), discípulo de Freud (LOWEN, 1984). Bioenergética é uma técnica terapêutica que ajuda o indivíduo a reencontrar-se com o corpo e tirar o mais alto grau de proveito possível da vida pulsante que há nele, proporcionando um equilíbrio psicofísico (LOWEN, 1982).

Infelizmente a realidade atual não possibilita que a maioria das pessoas possua consciência de determinada dificuldade de consciência corporal que se apresenta na difícil junção corpo/mente. Deficiências estas que, de acordo com Ribeiro (1996), o corpo acabou se tornando uma segunda natureza, uma casa por vezes pesada demais para carregar. Segundo este autor, a maioria das pessoas atravessa a vida utilizando uma parcela infinitesimal de sua potencialidade energética e sentimental.

Sentimental, pois o coração do ser humano, conforme escreve Lowen (1982) é simbolicamente a casa das emoções e das relações. O coração como órgão, está muito bem protegido por uma caixa óssea, dificultado seu acesso físico, mas dificuldade maior está no acesso simbólico, via psique; este que só pode ser acessado de dentro para fora. Abrir o coração para a vida, para os outros, para o mundo e para o amor, não é tarefa fácil, pois o coração fechado, resguardando, encouraçado, é a maneira de ser que a cultura consumista atual obriga o ser humano a adotar para se proteger dos sofrimentos. Este encouraçamento pode chegar a tal ponto que o indivíduo se aniquile, ou passe a negar seu direito de ser feliz, tornado-se quase uma espécie de robô. Então suas relações passam a ser superficiais e como que mecanizadas (LOWEN, 1982).

A Bioenergética segundo Lowen (1984), tem como objetivo ajudar a todos os indivíduos a se abrirem para a vida, para os outros, para o mundo, para o amor. Portanto, para desfazer a estagnação da energia vital (a libido), diluindo a couraça, ou blindagem muscular se faz necessário utilizar as posturas, os movimentos e os toques corporais preconizados por Lowen - os quais estão descritos nas suas obras.

Ao se utilizar das técnicas posturais, dos movimentos e dos toques corporais, o indivíduo é levado a uma espécie de regressão consciente (LOWEN, 1982).

REFERÊNCIA:

2

SANTOS, J. A. S. Aspectos convergentes entre a Psicomotricidade e a Análise Bioenergética. In: CONVENÇÃO BRASIL LATINO AMÉRICA, CONGRESSO BRASILEIRO E ENCONTRO PARANAENSE DE PSICOTERAPIAS CORPORAIS. 1., 4., 9., Foz do Iguaçu. **Anais...** Centro Reichiano, 2004. CD-ROM. [ISBN - 85-87691-12-0]

Conforme Barreto (1997) as manifestações doentias (somatização) têm origem nas repressões da libido (energia vital), desde a fase infantil, chamada por Freud de “primária” e a incorporação, somatização ou comportamento inadequado na fase “secundária” - segunda infância, adolescência, maturidade.

Ribeiro (1986) e Volpi & Volpi (2003) escrevem que Reich ao desdobrar o pensamento freudiano, conclui que pulsões libidinais, se não forem devidamente descarregadas - pela atividade genital ou pela busca de qualquer outro prazer, deixam resquícios ou retornam totalmente ao corpo, de maneira agressiva e doentia, acumulando-se em feixes de neurônios e de músculos, criando o que se denominou de “anéis” ou “blindagem”. Esse acúmulo de energia ou repressão da libido pode vir a causar deformações físicas, e até afetar órgãos internos, gerando vários distúrbios psicossomáticos.

Toda repressão do prazer, da alegria e da satisfação, causa acúmulo de energia agressiva de origem libidinal pelo corpo. Este acúmulo determina o comportamento e a personalidade do ser humano, afinal a conduta de um homem manifesta-se através daquilo que ele faz e diz - os movimentos, as atividades corporais, as produções artísticas, a fala e a escrita.

De acordo com Ribeiro (1997), para Reich toda busca de prazer gera tensão e esta só é aliviada por um orgasmo. O orgasmo promove a (des)neurotização e a relaxação da tensão. Se isso não acontece, a tensão fica retida no corpo e aumenta ainda mais.

A Bioenergética visa reviver as tensões reprimidas no passado, desfazendo os anéis, couraças ou blindagens. Se isto não acontece (o alívio da tensão via orgasmo) aparecem manifestações tais como: angústia, insônia, falta de memória, histeria e conversão histérica (que pode causar paralisia e processos destrutivos)

Conforme escreve Ribeiro (1986), para Freud, a energia vital (de origem sexual) é a libido, para Reich é o orgon. A libido ou orgon quando reprimida causa perturbações que na maioria das vezes são inconscientes. O trabalho da Bioenergética neste caso é aliviar a tensão gerada pelo acúmulo de tal energia e deixa correr livremente o fluxo energético, levando o indivíduo a um estado de paz, harmonia e felicidade.

A liberação a energia reprimida, consegue-se através de posturas especiais, exercícios de uma espécie de massagem (toques) em determinadas partes do corpo (pontos chaves) e da verbalização. Esses pontos são como que “terminais energéticos”, locais onde essa energia reprimida fica “represada”. A dissolução destes anéis, dessas blindagens pode levar o indivíduo a sentir dores, que muitas vezes podem ser consideradas insuportáveis.

Na realidade, não são dores físicas apenas, mas dores interiores, psicológicas, dores da alma. Com o decorrer do processo, as mesmas posturas, os mesmos exercícios e os mesmo toques já não causam tanta dor, pelo contrário, causam prazer. Ao mesmo tempo em que o indivíduo desfaz os seus anéis, suas blindagens, acontece um mergulho profundo no inconsciente, dos acontecimentos, traumas, repressões, medos, frustrações.

SANTOS, J. A. S. Aspectos convergentes entre a Psicomotricidade e a Análise Bioenergética. In: CONVENÇÃO BRASIL LATINO AMÉRICA, CONGRESSO BRASILEIRO E ENCONTRO PARANAENSE DE PSICOTERAPIAS CORPORAIS. 1., 4., 9., Foz do Iguaçu. **Anais...** Centro Reichiano, 2004. CD-ROM. [ISBN - 85-87691-12-0]

Com esta preocupação, mas tomando caminhos diferentes Le Boulch (1987) define a Psicomotricidade como uma ciência que estuda a conduta motora como expressão do amadurecimento e desenvolvimento da totalidade psicofísica do homem. Tendo como objetivos principais fazer com que o indivíduo descubra seu corpo em relação com o mundo interno e externo, e sua capacidade de movimento-ação; que permite ao adulto ou à criança expressar, através de seu corpo, uma forma harmoniosa de ações e movimentos.

Fundamentada por uma ação que facilite o desenvolvimento da personalidade do sujeito a fim de conduzi-lo a autonomia e ao conhecimento de si mesmo na relação com o mundo que o cerca. Estas relações complexas estão intimamente ligadas ao equilíbrio psico-afetivo, necessário ao desenvolvimento de sua totalidade.

O corpo, na Psicomotricidade relacional, desenvolvida por Lapierre e Aucouturier (1984) é expressão de desejos e pulsões. Lapierre apud Duarte (1992) procura aprofundar essa questão dizendo ser parte do corpo relacional: corpo dos fantasmas, corpo tônico, corpo do relacionamento interpessoal, corpo da sexualidade, corpo da imagem corporal. Assim a Psicomotricidade Relacional já não se trata de pensamento abstrato apenas, mas de uma atuação no concreto. Trata-se de conceber e realizar um espaço de liberdade e de não julgamento, onde as tensões psíquicas possam ser expressas e materializadas na ação corporal. É o espaço do jogo simbólico.

Lapierre (1998) afirma que a Psicomotricidade Relacional abre um vasto campo de experiência para tudo que concerne à relação humana; devendo proporcionar as mais variadas oportunidades de vivências corporais.

A ação preventiva no campo da Psicomotricidade Relacional começa utilizando a mesma gama de exercícios provenientes da ginástica e de outras áreas que se ocupavam das práticas corporais. A obra de Le Boulch (1983) trata de exercícios de tomada de consciência das diferentes partes do corpo; de exercícios de ajuste postural (flexibilidade e equilíbrio); exercícios de coordenação motora (motricidade viso-manual e de dinâmica geral); exercícios de relaxamento e respiração; de exercícios de direcionalidade ou orientação espacial; lateralidade.

Le Boulch empenhou-se em superar o dualismo cartesiano corpo-alma, integrando assim o movimento na formação da personalidade humana e Lapierre e Aucouturier (1984) especifica que a Psicomotricidade tenta alcançar a globalidade do indivíduo. Totalidade esta que compreende seu corpo, mas que o supera em muito. A totalidade engloba também o corpo relacional: corpo das fantasias, tônico, emocional, do relacionamento interpessoal, da sexualidade, da imagem corporal. Através das diversas manipulações do corpo, iniciadas no nascimento e continuamente trabalhadas até a morte, que o sujeito descobre seu próprio corpo e através dele estabelece uma relação com o meio que o circunda.

A Psicomotricidade Relacional desenvolvida por Lapierre e Aucouturier (2002), se preocupa com a ação preventiva da saúde corporal, desenvolvendo instrumentos facilitador de

SANTOS, J. A. S. Aspectos convergentes entre a Psicomotricidade e a Análise Bioenergética. In: CONVENÇÃO BRASIL LATINO AMÉRICA, CONGRESSO BRASILEIRO E ENCONTRO PARANAENSE DE PSICOTERAPIAS CORPORAIS. 1., 4., 9., Foz do Iguaçu. **Anais...** Centro Reichiano, 2004. CD-ROM. [ISBN - 85-87691-12-0]

comunicação que auxilie o tratamento das dificuldades psico-afetivas do sujeito; oportunizando motivando o sujeito de vivenciar diferentes experiências.

Na descrição e análise do espaço, do material e dos objetivos utilizados pela prática psicomotriz preventiva com enfoque relacional, percebe-se que as mesmas perspectivas práticas-teóricas desenvolvidas em espaços idênticos, com os mesmos recursos e materiais básicos, se apresentam a partir de condutas pedagógicas de abertura ou fechamento – de abertura no sentido de possibilitar que o sujeito possa utilizar diferentes objetos e materiais, seja para explorá-los, fazer exercício ou jogar, traduzindo-se assim, em uma atitude deliberada por parte do terapeuta que conduzem a sessão.

De fechamento, no sentido de limitar a vivência com determinados objetos e materiais, manifestando uma atitude deliberada de manipular a atividade do sujeito presumindo o que ela pode ou não fazer com determinado objeto.

O sujeito, ao escolher uma atividade, não escolhe somente por prazer funcional, a escolha também é feita em função de um prazer relacional - prazer de estabelecer relações com materiais e objetos.

A Psicomotricidade Relacional utiliza o lúdico como ferramenta do trabalho de prevenção. O sujeito quando jogam ou brincam, representam não apenas um papel, mas vários, alternando a atividade e representação, permitindo uma compreensão dos processos afetivos do sujeito através da observação dele em contato com o mundo, através de suas relações com o corpo, suas ligações afetivas com o outro.

A imagem corporal que o sujeito constrói através do lúdico, serve de alavanca para processo de auto-compreensão. Pois o lúdico facilita abrir vários canais de comunicação para que o sujeito exteriorize sua expressividade, através da representação simbólica que é favorecida pela atividade lúdica.

Essas atividades promovem a expressão e possibilita o acesso ao movimento, carregado de desejo. O trabalho com o corpo leva a descobri-lo em suas características próprias, tomando consciência, situando-se em seu próprio eu, no espaço compartilhado com o outro, dessa forma encontrando seu lugar no mundo. É importantíssimo para o sujeito conhecer o mundo através do próprio corpo. A Psicomotricidade Relacional utiliza práticas corporais que desenvolva: equilíbrio, ritmo, coordenação motora, respiração; estas práticas visam integração do indivíduo – o ser que pensa, que sente, que age e que se comunica de maneira verbal e não-verbal.

Neste sentido a Psicomotricidade deve ser compreendida como o relacionar através da ação, como meio de tomada de consciência, para vivenciar o corpo como um todo, favorecendo a construção ou modificação da imagem corporal e o equilíbrio do psico-afetivo. Sendo um trabalho imprescindível e de fundamental importância quando se trabalha o humano a partir de suas complexidades. É a expressão da personalidade em seu todo.

SANTOS, J. A. S. Aspectos convergentes entre a Psicomotricidade e a Análise Bioenergética. In: CONVENÇÃO BRASIL LATINO AMÉRICA, CONGRESSO BRASILEIRO E ENCONTRO PARANAENSE DE PSICOTERAPIAS CORPORAIS. 1., 4., 9., Foz do Iguaçu. **Anais...** Centro Reichiano, 2004. CD-ROM. [ISBN - 85-87691-12-0]

Ao tratar da Psicomotricidade Relacional, Barreto (2000) afirma que esta é uma abordagem psicossomática, que leva em consideração aspectos qualitativos do movimento da pessoa e da relação interpessoal, procura atuar sobre o ser em movimento e em relação, ao invés de atuar sobre os sintomas. Percebe-se pelo exposto até o presente momento, que a lúdico e a abordagem da Psicomotricidade Relacional devem ser trabalhados para melhorar as varias dimensões do individuo, de forma prazerosa e criativa. Esta questão é importante para o indivíduo possa desenvolver sua auto-imagem corporal.

A imagem corporal corresponde à totalização e à unificação constante das sensibilidades orgânicas e das impressões posturais. O seu conjunto constitui o esquema corporal. A intuição do próprio corpo se tornou um intermediário necessário para se aperceber a de outrem. Resultando uma relação complexa entre o indivíduo e o meio.

Para que o sujeito se perceba como corpo é de fundamental importância o uso das histórias, do sonho acordado dirigido - relaxamento mediante uso de história imaginada - bem como os exercícios de imagem corporal que não devem ser esquecidos. Nas atividades que faz sozinha, o indivíduo aprende que é capaz e valoriza-se, toma consciência corporal e como consequência valoriza sua imagem corporal, condição necessária à adesão de um sujeito a um corpo.

Portanto é necessário que o indivíduo sinta, perceba seu corpo, para então representá-lo de alguma forma. A imagem de corpo é formada a partir das vivências a ela proporcionadas. Quanto mais ricas forem essas experiências, tanto mais produtivas serão as suas ações. Quando estas vivências forem de aspecto repressivo, impedindo a expressividade do sujeito, poderá formar um encorajamento, necessitando futuramente de uma análise Bioenergética, para liberar o fluxo de energia reprimida. Neste sentido a Psicomotricidade se apresenta como um meio de prevenção das couraças musculares.

Este artigo propõe uma matriz teórica que possibilite a convergência entre as duas linhas terapêuticas - Bioenergética e Psicomotricidade Relacional, no que tange a uma proposta metodológica de síntese. Pois a formação do Psicomotricista como na Bioenergética, não é determinada exclusivamente pelo estudo teórico rigoroso, mas tem como fundamento a vivência pessoal do terapeuta, ou seja, Psicomotricidade Relacional assim como a Bioenergética, não é uma técnica que se possa aprender apenas nos livros. É mais um método, uma maneira de atuar, uma possibilidade de se estabelecer uma comunicação mais humana e verdadeira, Para que isto aconteça, é necessário criar um espaço de vínculo com o outro, com o objetivo de fazer o sujeito manifestar seus conflitos profundos, vivê-los simbolicamente; através de exercícios desenvolvidos ou adaptados pela Psicomotricidade e pela Bioenergética. Esse tipo de atuação serve de prevenção contra o surgimento de distúrbios emocionais, motores e de comunicação que dificultem o relacionamento interpessoal e intrapessoal do sujeito.

REFERÊNCIA:

6

SANTOS, J. A. S. Aspectos convergentes entre a Psicomotricidade e a Análise Bioenergética. In: CONVENÇÃO BRASIL LATINO AMÉRICA, CONGRESSO BRASILEIRO E ENCONTRO PARANAENSE DE PSICOTERAPIAS CORPORAIS. 1., 4., 9., Foz do Iguaçu. **Anais...** Centro Reichiano, 2004. CD-ROM. [ISBN - 85-87691-12-0]

=====

REFERÊNCIAS

- ARAÚJO, V. C. *O jogo no Contexto da Educação Psicomotora*. São Paulo: Cortez, 1992.
- ARRIAGADA, M. V. TORRES, M. R. *Psicomotricidade Vivenciada – Uma proposta metodológica para trabalhar em aula*. Blumenau: edifurb, 2002.
- BARRETO, S. J. *O Lugar do Corpo na Universidade* (Dissertação de Mestrado em Educação: Ensino Superior). Blumenau: FURB, 1997.
- BARRETO, S. J. *Psicomotricidade – Educação e Reeducação* 2. ed. revista e ampliada. Blumenau: Acadêmica, 2000.
- DUARTE, R. M. P. *Superdotados e Psicomotricidade – Um Resgate à unidade do ser*. Petrópolis: Vozes, 1992.
- LAPIERRE, A *Da psicomotricidade relacional a análise corporal da relação*. Curitiba, UFPR/CIAR, 2002.
- LAPIERRE, A. *A Educação Psicomotora na Escola Maternal*. São Paulo: Manole, 1986.
- LAPIERRE, A. AUCOTURIER, B. *Fantasmas Corporais e Práticas Psicomotoras*. São Paulo: Manole, 1984.
- LE BOULCH, J. *A Educação pelo movimento: A psicocinética na idade escolar*. Porto Alegre: Artes Médicas, 1983.
- LE BOULCH, J. *Rumo A uma ciência do movimento humano*. Porto Alegre: Artes Medicas, 1987.
- LOWEN, A . *Bioenergética*. São Paulo: Summus, 1982.
- LOWEN, A . *Prazer: uma abordagem criativa da vida*. São Paulo: Summus, 1984.
- NEGRINE, A. *Aprendizagem e Desenvolvimento Infantil – Psicomotricidade: alternativas pedagógicas*. Porto Alegre: PRODIL, 1995.
- RIBEIRO, W. *Enfoque psicobiofísico e psicobioenergético no atleta*. Seminário Internacional da Corrida de São Silvestre. Rio de Janeiro: 1986.
- VOLPI, Jose Herinque. *Reich: da vegetoterapia á descoberta da energia orgone*. Curitiba: Centro Reichiano, 2003.

=====

João Altair Soares dos Santos**Cidade:** Blumenau/SC – Brasil**E-mail:** jaltair@bol.com.br