



## COMO REFERENCIAR ESSE ARTIGO

ALFIERI NETO, Aurélio; PRODOSSIMO, Claudia das Chagas. Despertando o corpo e as emoções: Um trabalho transdisciplinar. In: VOLPI, José Henrique; VOLPI, Sandra Mara (Org.). **Anais.** 13º CONGRESSO BRASILEIRO DE PSICOTERAPIAS CORPORAIS. Curitiba/PR. Centro Reichiano, 2008. CD-ROM. [978-85-87691-13-2]. Acesso em: \_\_\_\_/\_\_\_\_/\_\_\_\_.

---

## DESPERTANDO O CORPO E AS EMOÇÕES: UM TRABALHO TRANSDISCIPLINAR

Aurélio Alfieri Neto  
Claudia das Chagas ProdoSSimo

### Resumo

Vivendo num momento em que a super-especialização reduz o ser humano a uma união de diversas partes e faz surgir a cada dia novas disciplinas cada vez mais pontuais, a atuação conjunto de diversos profissionais torna-se uma necessidade. Este trabalho busca demonstrar a utilização de técnicas de diferentes disciplinas num trabalho transdisciplinar, ou seja, uma atuação conjunta a fim de alcançar um objetivo único. Em um trabalho vivencial pretende-se reunir conceitos teóricos e práticos da Psicologia Corporal Reichiana, da Musicoterapia e de exercícios de flexibilidade, num processo de conscientização corporal, emocional e relaxamento.

**Palavras-chaves:** Educação Física; Musicoterapia; Psicologia Corporal; Transdisciplinaridade.

---

Muitas pessoas buscam em seu cotidiano a saúde integral. Entretanto a saúde integral é uma forma de sobrevivência em que nem sempre o corpo físico e muito menos o corpo mental são contemplados como fatores relevantes. A vida tumultuada dos centros urbanos, o excesso de preocupação no trabalho, na relação afetiva familiar, nos afazeres domésticos, na concentração para estudar, acabam criando um ritmo mental acelerado e uma constante tensão emocional e física.

Procurando reduzir esta tensão corporal e mental nos deparamos com diversas áreas do saber, que, cada uma à sua maneira, busca alcançar a saúde integral. Porém, segundo Morin (1999), há uma tendência à "redução" da realidade às verdades unilaterais que a confinam num único nível e que nos impede de usar nosso potencial de compreensão. A hiper-especialização, que fragmenta a teia complexa dos fenômenos, define o real como sendo o real uma parte arbitrária. Por outro lado, a abstração incontrolada tende a considerar as formulas e as equações como a única realidade. Chegamos assim a uma inteligência cega, que isola os objetos uns dos outros, os separa de seu meio ambiente, desintegra os conjuntos, os sistemas, as totalidades. A predominância disciplinar, separatista, nos faz perder a aptidão a religar, a aptidão a contextualizar, ou seja, a situar uma informação ou um saber no seu contexto natural. Perdemos a faculdade de globalizar, isto é de introduzir os conhecimentos num conjunto mais ou menos organizado. Ora, a condição de qualquer conhecimento pertinente é justamente sua contextualização. Não há, portanto, coerência em isolar elementos a fim de buscar uma saúde



## COMO REFERENCIAR ESSE ARTIGO

ALFIERI NETO, Aurélio; PRODOSSIMO, Claudia das Chagas. Despertando o corpo e as emoções: Um trabalho transdisciplinar. In: VOLPI, José Henrique; VOLPI, Sandra Mara (Org.). **Anais**. 13º CONGRESSO BRASILEIRO DE PSICOTERAPIAS CORPORAIS. Curitiba/PR. Centro Reichiano, 2008. CD-ROM. [978-85-87691-13-2]. Acesso em: \_\_\_\_/\_\_\_\_/\_\_\_\_.

integral, mas sim, trabalhar os elementos em conjunto.

Wilhelm Reich (1995) compartilhava deste pensamento unitário buscando a relação entre o corpo, seus processos psíquicos e a interdisciplinaridade entre as diversas ciências. Percebeu ser possível identificar no corpo alterações decorrentes de processos emocionais vivenciadas até aquele momento e descobriu que todas as experiências traumáticas, dolorosas ou ameaçadoras geram uma defesa em forma de tensão muscular denominando-a de couraça muscular.

Este trabalho propõe uma ação transdisciplinar, definida por Morin e Nicolescu, 1994 como complementar à abordagem disciplinar, fazendo emergir do confronto das disciplinas novos dados que as articulam entre si, oferecendo-nos uma nova visão da natureza e da realidade. A transdisciplinaridade não busca o domínio de várias disciplinas, mas a abertura de todas elas àquilo que as atravessa e ultrapassa.

Partindo da definição de transdisciplinaridade propomos uma integração entre três áreas que se utilizam de diferentes elementos com um mesmo objetivo: a Psicologia Corporal, a Educação Física e a Musicoterapia.

Podemos definir estas áreas como:

A Psicologia Corporal é uma abordagem da psicologia que engloba várias técnicas de abordagens corporais. Teve seu início a partir de Wilhelm Reich, médico austríaco que criou sua própria escola, seguindo o pressuposto que a emoção e o pensamento são indivisíveis e influenciam-se mutuamente (VOLPI; VOLPI, 2002).

A Educação Física é uma ciência que utiliza-se de atividades físicas na forma de exercícios ginásticos, jogos, esportes, danças, atividades de aventura, relaxamento e outras opções de lazer ativo, com propósitos educativos. Objetiva a aprendizagem e desenvolvimento de habilidades motoras de crianças, jovens, adultos e idosos, aumentando as suas condições pessoais para a aquisição de conhecimentos e atitudes favoráveis para a consolidação de hábitos sistemáticos de prática física. Promove uma educação efetiva para a saúde e ocupação saudável do tempo livre de lazer. Reconhece que práticas corporais relacionadas ao desenvolvimento de valores podem levar a participação de caminhos sociais responsáveis e busca da cidadania (FIEP, 2000).

A Musicoterapia pode ser definida, de acordo com a Federação Mundial de Musicoterapia, como:

a utilização da música e/ou dos elementos musicais (som, ritmo, melodia e harmonia) pelo musicoterapeuta e pelo cliente ou grupo, em um processo estruturado para facilitar e promover a comunicação, o relacionamento, a aprendizagem, a mobilização, a expressão e a organização (física, emocional,



## COMO REFERENCIAR ESSE ARTIGO

ALFIERI NETO, Aurélio; PRODOSSIMO, Claudia das Chagas. Despertando o corpo e as emoções: Um trabalho transdisciplinar. In: VOLPI, José Henrique; VOLPI, Sandra Mara (Org.). **Anais**. 13º CONGRESSO BRASILEIRO DE PSICOTERAPIAS CORPORAIS. Curitiba/PR. Centro Reichiano, 2008. CD-ROM. [978-85-87691-13-2]. Acesso em: \_\_\_\_/\_\_\_\_/\_\_\_\_.

mental, social e cognitiva) para desenvolver potenciais e desenvolver ou recuperar funções do indivíduo de forma que ele possa alcançar melhor integração intra e interpessoal e, conseqüentemente, uma melhor qualidade de vida (BRUSCIA, 2002, p. 286).

Trata -se, portanto, de uma forma de tratamento que se utiliza da música e das relações criadas a partir dela, com o fim de promover um melhor desenvolvimento do ser humano como um todo e considera seus aspectos físicos, psíquicos, culturais e espirituais.

A música é capaz de fazer despertar, principalmente através do ritmo, movimentos corporais, organização temporal interna e externa, estabilização cardio-respiratória, entre outros. Enquanto a melodia nos convida a experimentar as mais diversas emoções, especialmente aquelas melodias que nos são familiares.

Quando utilizado por um profissional da área de saúde, a música pode servir como um instrumento auxiliar aliado à técnica específica daquela disciplina. Já o musicoterapeuta devidamente qualificado utiliza a música como sua principal técnica, seu principal meio de alcançar um objetivo, de atingir o outro e lhe promover saúde.

Em suma, partindo destas definições propomos uma atividade vivencial transdisciplinar envolvendo a Psicologia Corporal, com sua proposta de auto regulação e pulsação do organismo, da Educação Física com exercícios de alongamentos suaves e da Musicoterapia com uma proposta de conscientização corporal e emocional por meio da música.

Quando diferentes técnicas são utilizadas em conjunto os efeitos do trabalho são potencializados, se o indivíduo é tocado em sua totalidade é o seu corpo mental, físico e emocional quem vai responder, resultando numa maior aproximação da saúde integral.

## REFERÊNCIAS

BRUSCIA, K. E. **Definindo Musicoterapia**. 2. ed. Rio de Janeiro: Enelivros, 2000

FEDERATION INTERNATIONALE D'EDUCATION PHYSIQUE (FIEP). **Manifesto mundial de Educação Física** – FIEP, 2000.

MORIN, E. **Réforme de la pensée, transdisciplinarité, réforme de L'Université** - artigo CIRET, 1999.

MORIN, E. NICOLESCU, B. **Carta da Transdisciplinaridade**. Congresso Mundial de Transdisciplinaridade Convento de Arrábida, Portugal, 1994.

REICH, W. **Análise do caráter**. São Paulo: Martins Fontes, 1995.

VOLPI, J. H.; VOLPI, S. M. Psicologia Corporal. In: VOLPI, J. H.; VOLPI, S. M. (Org.). **Revista Psicologia Corporal**. Curitiba: Centro Reichiano, n. 2, p. 8-14, 2002.



### COMO REFERENCIAR ESSE ARTIGO

ALFIERI NETO, Aurélio; PRODOSSIMO, Claudia das Chagas. Despertando o corpo e as emoções: Um trabalho transdisciplinar. In: VOLPI, José Henrique; VOLPI, Sandra Mara (Org.). **Anais**. 13º CONGRESSO BRASILEIRO DE PSICOTERAPIAS CORPORAIS. Curitiba/PR. Centro Reichiano, 2008. CD-ROM. [978-85-87691-13-2]. Acesso em: \_\_\_\_/\_\_\_\_/\_\_\_\_.

---

**Aurélio Alfieri Neto / Curitiba / PR / Brasil** - Educador Físico, Especialista em Psicologia Corporal pelo Centro Reichiano, Curitiba/PR, massoterapeuta. Idealizador do método Holistic Training, Coordenador Academia Trikke Sul América, Professor do Clube Atlético Paranaense e Personal Trainer.

**E-mail:** [aurelioneto@gmail.com](mailto:aurelioneto@gmail.com)

**Claudia das Chagas Prodossimo / Curitiba / PR / Brasil** - Musicoterapeuta formada pela Faculdade de Artes do Paraná, Membro da diretoria da Associação de Musicoterapia do Paraná, Acadêmica de Psicologia – UFPR, Atuação em Educação Especial

**E-mail:** [mtclaudia@gmail.com](mailto:mtclaudia@gmail.com)