



COMO REFERENCIAR ESSE ARTIGO

THON, Bárbara Machuca; CAMARGO, Maria Isabel Saczuk. Contribuições da psicologia corporal ao ensino da dança. In: ENCONTRO PARANAENSE, CONGRESSO BRASILEIRO DE PSICOTERAPIAS CORPORAIS, XVII, XII, 2012. *Anais*. Curitiba: Centro Reichiano, 2012. [ISBN – 978-85-87691-22-4]. Disponível em: www.centroreichiano.com.br/artigos. Acesso em: ____/____/____.

1

CONTRIBUIÇÕES DA PSICOLOGIA CORPORAL AO ENSINO DA DANÇA

Bárbara Machuca Thon

Maria Isabel Saczuk Camargo

RESUMO

A importância do papel do professor de dança pode ir muito além do que é apresentado nos palcos e sala das academias. Muitas vezes o professor de dança exerce um papel de espelho para o aluno, influenciando nas estruturas corporais e psicológicas. Pode tanto auxiliar positivamente no livre pulsar deste aluno, como reprimir a expressão e reforçar coraças musculares e psicológicas já existentes. Pensando nestes aspectos que envolvem o ensino e aprendizagem da dança, a Psicologia Corporal pode contribuir para um trabalho no qual o professor de dança venha considerar todos os aspectos que envolvem a formação do caráter e os bloqueios dos anéis de coraça. Contribuindo desta forma com a prática de um trabalho preventivo.

Palavras-chave: Coraças. Consciência. Corporal. Dança. Expressão.

.....

A palavra dança, em todas as línguas europeias – *danza, dance, tanz* -, deriva da raiz *tan* que em sânscrito, significa “tensão”. Dançar é se expressar e vivenciar com o máximo de intensidade, a relação do homem com a natureza, com a sociedade, com os seus desejos e consigo mesmo. É estabelecer uma estreita relação entre o homem e a natureza, é participar do movimento cósmico e do domínio sobre ele. A dança também nos revela que o sagrado é também carnal e que o corpo pode ensinar o que um espírito desencarnado não conhece: A beleza e a grandeza do ato quando o homem não está separado de si mesmo, mas inteiramente presente no que faz. (GARAUDY, 1980).

Este estado de plenitude que a dança pode proporcionar quando de fato se está ali, presente, livre de quaisquer preconceitos e preocupações é essencialmente uma atividade vital. De acordo com Reich (1983) viver na plenitude é abandonar-se no que faz. “Pouco importa que se trabalhe, que se fale com amigos, que se eduque uma criança, que se escute uma conversa, que se pinte um quadro, que se faça isso ou aquilo”. (REICH, 1983, p. 32). Este



artigo é escrito pensando justamente nas possibilidades de abandono e plenitude do ser humano no âmbito da dança. Algumas formas de ensino mais conscientes podem propiciar estes aspectos para as pessoas que buscam tal aprendizagem.

Conforme diz Garaudy (1980, p. 181) “O corpo é o homem que se exterioriza, é o que me liga aos outros e ao mundo, é aquilo por meio do que eu me expesso e tomo consciência de mim mesmo”. O corpo é presente, concreto, real, e é nele que o prazer e a alegria deságuam, e é a partir dele que a dança faz o seu caminho de retorno, para chegar ao centro, aquele lugar onde a semente germina. Podemos pensar em um corpo que se movimenta pela pulsação emocional.

É o corpo pulsional que denominamos corpo real ou corpo sentido. O corpo é uma forma, uma silhueta, o protótipo universal de todos os objetos criados pelo homem. Nós o denominamos corpo imaginário ou corpo visto. (...) Nós o denominamos corpo simbólico ou corpo significante. Seja organismo, força, forma ou símbolo, o corpo continua sendo o indispensável substrato de todo sentimento de si. (NASIO, 2009, p. 122)

A percepção do próprio corpo revela um sentido existencial e de identidade ao indivíduo, e o movimento é o fator que possibilita a criação de unidade corporal. Bertazzo (1949) coloca que o movimento é uma tensão conduzida de um músculo a outro, organizando alavancas ósseas e permitindo a sensação de um braço inteiro, de uma perna inteira e do corpo inteiro. É toda essa síntese motora que fornece a sensação de unidade, de identidade. Se as unidades estruturais não concorrerem para a consciência de identidade, o psiquismo se sobrecarrega em um esforço de personalização, e a ausência dessa unidade pode gerar bloqueios e patologias.

A expressão do movimento do corpo na dança pode ser mais rica que a linguagem articulada, que depende, em grande parte da comunicação no sentido verbal. Todo um conjunto de movimentos, ou seja, uma coreografia contribui para a expressão do sentido: por exemplo, há bailarinos que utilizam a qualidade da “presença”, ficam sem se movimentar por um tempo e conseguem contar algo para a plateia.



COMO REFERENCIAR ESSE ARTIGO

THON, Bárbara Machuca; CAMARGO, Maria Isabel Sazuk. Contribuições da psicologia corporal ao ensino da dança. In: ENCONTRO PARANAENSE, CONGRESSO BRASILEIRO DE PSICOTERAPIAS CORPORAIS, XVII, XII, 2012. **Anais**. Curitiba: Centro Reichiano, 2012. [ISBN – 978-85-87691-22-4]. Disponível em: www.centroreichiano.com.br/artigos. Acesso em: ____/____/____.

3

Segundo Cunningham (*apud* Gil, 2001) a dança é algo presente, que está aqui, qualquer outra explicação continua a escapar-nos, pois escapa a linguagem. Enfatiza que a dança pode ser pensada como uma forma de expressão, porque seria impossível recortar nos movimentos, unidades discretas comparáveis aos fonemas das línguas naturais.

No movimento dançado o sentido torna-se ação, podendo ser dito de diferentes maneiras, a dança é o movimento no qual todos os sentidos nascem. O movimento dançado é complexo para descrever e querer apreender todo o seu sentido.

De acordo com Mommensohn e Petrella (2006) a dança é uma linguagem que pode conter mensagens implícitas e referir-se a conteúdos simbólicos, se expressa por si mesma, em coreografias compostas de movimentos sensíveis. O movimento pode transmitir por gestos simbólicos, mensagens propostas pela coreografia. Em contrapartida é a expressão particular de cada pessoa, revelando as particularidades e características do seu coreógrafo, e principalmente do dançarino.

A dança, a música, e a arte em si vão para além das palavras. Conforme Reich (1998, p. 333): “[...] o organismo vivo tem seus próprios modos de expressar o movimento, os quais muitas vezes simplesmente não podem ser colocados em palavras”.

A dança na sua produção criativa inspira numa direção de um campo de efetuação de forças, em uma materialidade encarnada, que viabiliza uma construção subjetiva através da apropriação do corpo.

Pensando nisto traz-se uma visão da dança como educação, como meio de intervenção. Esta perspectiva da dança teve início com as pesquisas de Laban (1978) que se dedicou a estudar e compreender o movimento humano, desenvolvendo a *Labanotation*, ou coreologia, que é um estudo de resultados coreográficos, buscando transportar elementos do cotidiano para a composição coreográfica. De acordo com Regel (2003) *apud* Tibúrcio (2009, p. 184), “a coreologia baseia-se na crença que movimento e emoção, forma e conteúdo, corpo e mente são uma unidade inseparável”. Como descreve Regel (2003) a



COMO REFERENCIAR ESSE ARTIGO

THON, Bárbara Machuca; CAMARGO, Maria Isabel Saczuk. Contribuições da psicologia corporal ao ensino da dança. In: ENCONTRO PARANAENSE, CONGRESSO BRASILEIRO DE PSICOTERAPIAS CORPORAIS, XVII, XII, 2012. **Anais**. Curitiba: Centro Reichiano, 2012. [ISBN – 978-85-87691-22-4]. Disponível em: www.centroreichiano.com.br/artigos. Acesso em: ____/____/____.

4

proposta de Laban era para atentarmos-nos à intenção do gesto, independente de sua profundidade.

Partindo da criação da labanotation, Laban iniciou sua proposta da prática de uma dança que fosse educativa, de acordo com Tibúrcio (2009), esta proposta de Laban para uma dança educativa fundava-se em sua teoria de que é com o corpo que se adquire conhecimento, por isso não se deve separar a prática do pensamento, buscando transcender a simples “reprodução” de movimentos.

De acordo com Tibúrcio (2009) Laban ensina que:

[...] é com o corpo que adquirimos conhecimento [...] não é possível separar conceitos abstratos da experiência corporal. Os esforços, expressão externa da energia vital interior, apresentam características (fatores) que quando combinados nas suas qualidades geram tipos de vocabulários de movimentos infinitos e aprendizagens diversas. (TIBURCIO, 2009, p.184)

A proposta de Laban, como cita Gouveia (2009), era a busca pela liberdade de expor movimentos e encontrar autossuficiência em si mesmo, no próprio corpo. Buscava libertar o corpo e a dança de um estilo idealizado, estimulando a criação, a desconstrução e o imprevisível. Não há preocupação com a produção coreográfica na teoria de Laban, e sim a elaboração de uma dança que pudesse ser vivenciada com “plena participação interna e com clareza de formas” da ao corpo como um todo.

Esta prática proposta por Laban (1978) assemelha-se com a teoria de Reich da autorregulação e também de Lowen sobre a autopossessão, podendo ser desenvolvida e aplicada em sintonia com estas idéias.

É preciso que a prática da dança seja uma atividade espontânea e prazerosa, para que não acabe se tornando uma fonte de encorajamento. Isto acontece muitas vezes em técnicas fechadas e restritas da dança, e em casos de transferência de pais sobre seus filhos.

Qualquer atividade motora, realizada ritmicamente, é agradável. Se for realizada mecanicamente, sem sensação de ritmo, adquirirá qualidade dolorosa. O melhor exemplo é andar. Quando se anda ritmicamente, o andar é agradável. Quando se anda para chegar a algum lugar o mais rápido possível, a atividade física transforma-se numa tarefa. Mesmo trabalhos monótonos, como varrer folhas ou



limpar assoalho, constituirão atividade agradáveis se os movimentos forem rítmicos. Pode-se avaliar o prazer ou sua falta na vida das pessoas pela forma como se movem. Os movimentos rápidos, compulsivos e abruptos da maioria em nossa cultura traem a falta de alegria em suas vidas. (LOWEN, 1984. p.201)

Nosso aparelho locomotor, ou como chama Bertazzo, (1949) “órgão do movimento”, possui identidade própria, como os demais órgãos, é fruto complexo e refinado de todo um processo evolutivo, negligenciar as suas particularidades e potencialidades equivale a subestimar o dom da palavra. O homem possui um sistema de movimento de extremo refinamento, a ponto de poder guiar-se, na maior parte do tempo, apenas por seu “piloto automático”.

Se esse sistema locomotor é a tal ponto sofisticado, por que então com tanta frequência acaba por se desorganizar e se desregular?

De acordo com Volpi (2003), os acontecimentos vividos durante a vida são registrados em nossos corpos, com ênfase principalmente nas ocorrências da primeira infância. Marcas profundas e irreversíveis são por muitas vezes deixadas no corpo. Conforme ocorre o desenvolvimento, as experiências ficam registradas na memória celular.

A teoria reichiana vem colaborar com a questão de que repressões sociais e culturais são cruciais na formação do caráter do indivíduo, a atenção dada ao fator econômico percorre a teoria e obra de Wilhelm Reich, que os corpos estão sujeitos a uma sociedade autoritária. Os corpos são submetidos através de sucessivas inibições de certos impulsos libidinais, revertendo-se em uma atitude muscular geralmente contraída, enrijecida contra o mundo exterior. A atitude muscular é o que constitui o que Reich chamou de couraça. O organismo fica contraído, o expressar se torna doloroso e isto acontece em decorrência das proibições sociais que foram internalizadas no processo de educação. A retenção ou o encorajamento do organismo visa bloquear a liberação e o movimento da energia corporal, que se expressa nas emoções e, também, nos demais movimentos das funções vitais. (COSTA, 1984).

Pensando em toda a repressão descrita acima, as quais o ser humano está sujeito a passar, tanto físico como emocional, a dança entra em cena como possibilidade de um caminho, através do qual a vida pode ser



manifestada como um potencial expansivo, na expressão das emoções e suas singularidades. Muitas pessoas buscam praticar a dança por inúmeros motivos, como exercício; como forma de terapia ocupacional; como um novo aprendizado; para se profissionalizar nesta área como dançarino ou professor. Também há pessoas, que buscam a dança por projeções de desejos de outros.

Motivos para estarem no meio da dança não faltam, acontece que no meio de toda beleza que há por trás de uma dança, há toda uma relação de aprendizado de uma técnica que envolve conteúdos que podem vir a ser mais uma forma de encorajamento na história da pessoa. Principalmente quando envolve um ideal corporal que pode acirrar a competitividade, contribuindo para o reforço de um caráter narcísico.

De acordo com Volpi (2003), o traço de caráter narcisista está cada dia mais presente na vida das pessoas, que vivem em busca de poder, fama e ideal corporal, podendo ultrapassar limites morais, éticos, físicos e psicológicos. São pessoas competitivas que buscam sempre uma plateia. É uma busca de alguma coisa que venha a preencher o vazio interior.

O ensino da dança destinado tanto para adultos como para criança, é uma forma de educação corporal, o corpo sendo treinado para determinados movimentos, nos quais o professor ali presente é um espelho tanto físico como psicológico, que pode ser um facilitador para a livre expressão e respeito à integridade do aluno, como pode exercer uma forma de poder e desrespeito a singularidade do aluno.

Como a proposta de Laban, as aulas de dança podem ser amplamente exploradas desde a infância para que o indivíduo entenda e produza intenções e emoções em seus gestos de uma forma saudável e equilibrada. Para colaborar com esta proposta, as teorias reichianas e neo-reichianas abrem novas possibilidades de acesso ao educador de dança a um maior conhecimento destas interações. Assim pode-se através da consciência corporal obter-se também a consciência das representações e marcas do corpo, e então os bloqueios energéticos que são inevitáveis podem ser flexibilizados e superados.



COMO REFERENCIAR ESSE ARTIGO

THON, Bárbara Machuca; CAMARGO, Maria Isabel Saczuk. Contribuições da psicologia corporal ao ensino da dança. In: ENCONTRO PARANAENSE, CONGRESSO BRASILEIRO DE PSICOTERAPIAS CORPORAIS, XVII, XII, 2012. **Anais**. Curitiba: Centro Reichiano, 2012. [ISBN – 978-85-87691-22-4]. Disponível em: www.centroreichiano.com.br/artigos. Acesso em: ____/____/____.

7

De acordo com Brikman (1975) o ensino da dança pode ser visto como uma disciplina que se propõem a resgatar e desenvolver todas as possibilidades humanas inerentes ao movimento corporal. É necessário observar o processo de cada aluno de dança e promover um desenvolvimento a partir dele. “É mais valioso o próprio processo de desenvolvimento que o eventual resultado que se obtenha.” (BRIKMAN, 1975, p. 25). Quando se respeita o resultado de manifestação corporal, se produz o movimento com liberdade, o resultado será de crescimento, a questão não é chegar a uma forma particular, mas, a forma possível para aquele aluno, aí se acredita que esteja à riqueza do processo de ensino da dança.

A dança deve proporcionar ao individuo a exploração do seu corpo e meio em que se encontra. Exploração de formas e possibilidades de maneira livre e imprevisível. E principalmente que, além disto, a prática da dança traga consciência de si e de seus movimentos, e que isto seja aplicado durante a vida do ser que a pratica.

Nesse sentido de ensino e educação no âmbito da dança, poderíamos pensar no que Reich falou sobre a educação e as crianças do futuro, pensamento que pode se aplicar ao professor de dança que ensina tanto crianças como adultos:

O educador do futuro fará sistematicamente (e não mecanicamente) o que todo o educador bom e autêntico já faz hoje: sentirá as qualidades da Vida viva em cada criança, reconhecerá suas qualidades específicas e fará tudo para que elas possam se desenvolver plenamente. [...] o educador autêntico deverá assumir uma dupla tarefa: a de conhecer as expressões naturais que variam de uma criança para a outra, e a de aprender a lidar com o meio social, restrito e amplo, na medida em que este se opõem a essas qualidades vivas. (REICH, 1983, p.9).

A relação do ensino e aprendizagem da dança pode ser repensada a partir de uma perspectiva da Psicologia Corporal, pois ali se encontra o ser humano na sua totalidade, que não é somente um corpo estético. Deve ser levada em conta a técnica que cada modalidade de dança requer dentro da sua especificidade, porém, é de suma importância que se tenha clareza que acima



de ser uma técnica, a dança é uma vivência que mobiliza emoções. De acordo com Lowen:

Uma outra atividade que compartilha dessa qualidade de ser uma vivência “mobilizadora”, embora em grau muito menor que o sexo, é a dança. Normalmente, somos mobilizados a dançar pela música. Quando ouvimos música para dançar, nossos pés e pernas não conseguem ficar parados. Se o ritmo for forte e persistente, podemos ser enlevados e arrebatados por ele. Dançar assim é uma vivência mobilizadora que pode levar a um estado transcendental. (LOWEN, 1997, p. 229).

Conforme Brikman (1975) o trabalho do professor de dança deve respeitar a capacidade pessoal de manifestação pessoal, na medida em que realmente contribua para libertar o movimento (o músculo bem colocado permite a livre passagem da energia e preserva os reflexos vitais), o processo é sempre enriquecedor e valioso. Esse é precisamente o objetivo do trabalho: chegar a cada caso, às formas mais enriquecedoras possíveis e não a mera obtenção de formas fixas e preestabelecidas. Neste processo de desenvolvimento corporal através da dança, será permitido a manifestação da personalidade e um maior conhecimento de si mesmo e uma comunicação mais fluida. (BRIKMAN, 1975).

A dança é um movimento que deve ser levada a luz da compreensão dos profissionais que trabalham com o corpo, a fim de que essa atividade corporal expansiva, não se transforme em mais uma regra que contribui para anular a espontaneidade e acirrar a ferida narcísica. A partir de um olhar mais acurado do professor de dança sob todo o contexto que envolve o aluno, o corpo e as emoções, é possível encontrar um limite entre as técnicas da dança a ser ensinada, e o respeito ao corpo e as expressões desse aluno.

Pensando nestes aspectos, as teorias reichianas e as psicoterapias corporais podem fornecer um campo de estudo teórico e prático no qual os profissionais da dança teriam mais ferramentas para trabalhar dentro da intenção de que cada pessoa deve ser importante em si mesma, conhecendo seu processo individual e auxiliando no seu desenvolvimento, não olhando somente um corpo estético e sim um delicado e grande complexo de energias emocionais, físicas e psicológicas. Dessa forma, abre-se a possibilidade da



COMO REFERENCIAR ESSE ARTIGO

THON, Bárbara Machuca; CAMARGO, Maria Isabel Saczuk. Contribuições da psicologia corporal ao ensino da dança. In: ENCONTRO PARANAENSE, CONGRESSO BRASILEIRO DE PSICOTERAPIAS CORPORAIS, XVII, XII, 2012. **Anais**. Curitiba: Centro Reichiano, 2012. [ISBN – 978-85-87691-22-4]. Disponível em: www.centroreichiano.com.br/artigos. Acesso em: ____/____/____.

9

dança seguir o seu impulso original, através do movimento de pulsação emocional.

.....

REFERÊNCIAS

BERTAZZO, I. **Cidadão Corpo**. Identidade e Autonomia do Movimento. São Paulo: Summus, 1998.

BRIKMAN, L. **A Linguagem do Movimento Corporal**. São Paulo. Sumus, 1975

COSTA, R. A. **Sobre Reich**: Sexualidade e Emoção. Rio de Janeiro: Achiamé Ltda, 1984.

CAMARGO, M. I. S. **Uma perspectiva da psicologia corporal sobre o ensino da dança**. Psicologia Corporal/ Organização José Henrique Volpi e Sandra Mara Volpi. – Curitiba: Centro Reichiano, 2011. (Revista Psicologia Corporal, vol. 12).

GARAUDY, R. **Dançar a Vida**. Rio de Janeiro: Nova Fronteira, 1980.

GIL, J. **Movimento Total**. – O corpo e a dança. Lisboa: Relógio d'água. 2001.

LOWEN, A. **Alegria**: A entrega ao corpo e a vida. São Paulo: Summus, 1997.

LOWEN, A. **Prazer**: Uma abordagem criativa da vida. SP: Summus, 1984.

MOMMENSOHN. M., PETRELLA P. **Reflexões sobre Laban**: O mestre do movimento. São Paulo: Summus: 2006.

NASIO, J. D. **Meu corpo e suas imagens**. Rio de Janeiro: Zahar, 2009.

REICH, W. **Análise do Caráter**. 3ª Ed. São Paulo: Martins Fontes, 1998.

REICH, W. **O Assassino de Cristo**. 2ª Ed. São Paulo: Martins Fontes, 1983.

THON, B. M. **Dança e consciência corporal**. Curitiba: Centro Reichiano, 2011. Disponível em www.centroreichiano.com.br/artigos.htm. Acesso em 12/05/2012.

VOLPI, J. H; VOLPI, S. M. **Reich**: Da Psicanálise à Análise do Caráter. Curitiba: Centro Reichiano, 2003.

VOLPI, J. H. **Poder, fama e ferida narcísica**: uma compreensão caracterológico-energético do narcisista. Curitiba: Centro Reichiano, 2003. Disponível em: www.centroreichiano.com.br/artigos.htm.



COMO REFERENCIAR ESSE ARTIGO

THON, Bárbara Machuca; CAMARGO, Maria Isabel Saczuk. Contribuições da psicologia corporal ao ensino da dança. In: ENCONTRO PARANAENSE, CONGRESSO BRASILEIRO DE PSICOTERAPIAS CORPORAIS, XVII, XII, 2012. **Anais**. Curitiba: Centro Reichiano, 2012. [ISBN – 978-85-87691-22-4]. Disponível em: www.centroreichiano.com.br/artigos. Acesso em: ____/____/____.

10

Acesso em: 09/09/2011.

.....

AUTORAS

Bárbara Machuca Thon/PR – Educadora Física, cursando Especialização em Psicologia Corporal no Centro Reichiano, Curitiba/PR.

E-mail: barbarathon_4@hotmail.com

Maria Isabel Saczuk Camargo – Professora de Dança Flamenca, cursando Psicologia na Universidade Tuiuti do Paraná. Cursando Especialização em Psicologia Corporal no Centro Reichiano, Curitiba/PR.

E-mail: mariaisabel.sac@gmail.com

