



COMO REFERENCIAR ESSE ARTIGO

SANTOS, Carlos; SANTOS, Carla; CÔRTEZ, Karina; ROSÁRIO, Milena; PEÇANHA; Tatiana. Grupo de movimento: consciência e percepção corporal por meio das atividades e técnicas da abordagem reichiana. In: ENCONTRO PARANAENSE, CONGRESSO BRASILEIRO, DE PSICOTERAPIAS CORPORAIS, XX, XV, 2015. **Anais**. Curitiba: Centro Reichiano, 2014. [ISBN – 978-85-87691-20-0]. Disponível em: www.centroreichiano.com.br/artigos_anais_congressos.htm.

Acesso em: ____/____/____.

GRUPO DE MOVIMENTO: CONSCIÊNCIA E PERCEPÇÃO CORPORAL POR MEIO DAS ATIVIDADES E TÉCNICAS DA ABORDAGEM REICHIANA

**Carlos Santos
Carla Santos
Karina Côrtes
Milena Rosário
Tatiana Peçanha**

RESUMO

O grupo de movimento é uma estratégia de intervenção vinculada à Psicoterapia Corporal que tem como principal autor Wilhelm Reich. O grupo de movimento busca facilitar o contato dos indivíduos com sua corporeidade, promovendo uma sensibilização e conscientização corporal. O presente trabalho tem como objetivo relatar uma experiência de grupo de movimento, onde o público alvo se constitui dos alunos de psicologia das Faculdades Integradas São Pedro.

Palavras-chave: Grupo de movimento, percepção, expressão, consciência corporal.



Wilhelm Reich (1897-1957), médico e cientista austríaco, foi o precursor de uma nova abordagem terapêutica, a Psicologia Corporal. As ideias de Reich eram incentivadas pelo prazer, liberdade e busca de expressão, sendo assim, a Psicologia Corporal tem como objetivo fazer com que o indivíduo entre em contato com o seu próprio corpo, a fim de que possam tomar consciência das suas tensões musculares e dos bloqueios existentes em seu corpo (VOLPI, 2004).

Reich afirma que “existe uma energia observável, demonstrável, que tudo permeia”, e que é chamada “energia orgone cósmica” (REICH, 1973). “A energia orgônica cósmica funciona no organismo vivo como energia biológica específica. Como tal, rege a totalidade do organismo e se expressa por igual nas emoções e nos movimentos biofísicos” (REICH, 1975). A definição de bioenergia de Lowen é “Uma energia básica motiva todas as ações. Quando flui através da musculatura e a carrega, especialmente os músculos voluntários, produz movimentos espaciais que podemos equacionar com

CENTRO REICHIANO

Av. Prof. Omar Sabbag, 628 – Jd. Botânico – Curitiba/PR – Brasil - CEP: 80210-000
(41) 3263-4895 - www.centroreichiano.com.br - centroreichiano@centroreichiano.com.br



COMO REFERENCIAR ESSE ARTIGO

SANTOS, Carlos; SANTOS, Carla; CÔRTEZ, Karina; ROSÁRIO, Milena; PEÇANHA; Tatiana. Grupo de movimento: consciência e percepção corporal por meio das atividades e técnicas da abordagem reichiana. In: ENCONTRO PARANAENSE, CONGRESSO BRASILEIRO, DE PSICOTERAPIAS CORPORAIS, XX, XV, 2015. **Anais**. Curitiba: Centro Reichiano, 2014. [ISBN – 978-85-87691-20-0]. Disponível em: www.centroreichiano.com.br/artigos_anais_congressos.htm.

Acesso em: ____/____/____.

agressão (mover-se para fora). Quando carrega estruturas delicadas como o sangue e a pele, produz sensações eróticas, ternas ou amorosas” (LOWEN, 1977).

Dentro desse contexto cria-se o Grupo de Movimento. O Grupo de Movimento, oriundo da cultura das Psicoterapias Corporais, que através de atividades e exercícios diversos, possibilitam ao indivíduo entrar em contato com sua corporeidade, objetivando o reconhecimento e/ou transformação do seu estado de presentificação. O grupo de Movimento é uma técnica que nos possibilita “tocar” o sujeito de forma profunda e, significativamente, humana, despertando-o para o encontro consigo mesmo e com o outro, levando-o a perceber suas formas corporais de estar no mundo através da linguagem corporal, afetando-o em seu ritmo pulsatório, descortinando aquilo que temos de mais concreto e real, o nosso corpo. (Gama & REGO, 1994).

Dentro desse aspecto nasce o projeto que teve início no mês de março de 2015 e se estenderá até o mês de dezembro do presente ano. O grupo é coordenado pelo orientador, mestre e psicólogo com formação específica na Abordagem Corporal e alunas que estão finalizando o curso de psicologia, que usam ferramentas próprias da psicoterapia corporal juntamente com técnicas de Teatro, Dança, Canto, Artes Marciais, Educação Física, Fisioterapia, Eutonia, Biodança, Expressão Corporal, Exercícios Expressivos diversos, técnicas orientais, e muito mais, adaptadas às finalidades desejadas. O Grupo de Movimento tem como objetivo ajudar cada participante a fazer maior contato com seu próprio corpo, a ampliar as sensações corporais, a torna-se consciente das tensões e bloqueios em seu corpo; ampliar a capacidade de sentir prazer; trabalhar com o movimento e respiração e liberar um fluxo mais livre de energia no corpo. O Grupo de Movimento é oferecido, atualmente, aos alunos do curso de Psicologia, onde os encontros acontecem uma vez por semana, com duração de até 1h30, grupo realizado com oito estudantes, de ambos os sexos e variadas idades.

Destacamos que o grupo de movimento não compete psicoterapia, e sim auxilia e a complementa. Num grupo de movimento a intervenção na área psicológica é diferente daquela que acontece numa psicoterapia. O Grupo de Movimento cumpre sua função ao

CENTRO REICHIANO

Av. Prof. Omar Sabbag, 628 – Jd. Botânico – Curitiba/PR – Brasil - CEP: 80210-000
(41) 3263-4895 - www.centroreichiano.com.br - centroreichiano@centroreichiano.com.br



COMO REFERENCIAR ESSE ARTIGO

SANTOS, Carlos; SANTOS, Carla; CÔRTEZ, Karina; ROSÁRIO, Milena; PEÇANHA; Tatiana. Grupo de movimento: consciência e percepção corporal por meio das atividades e técnicas da abordagem reichiana. In: ENCONTRO PARANAENSE, CONGRESSO BRASILEIRO, DE PSICOTERAPIAS CORPORAIS, XX, XV, 2015. **Anais**. Curitiba: Centro Reichiano, 2014. [ISBN – 978-85-87691-20-0]. Disponível em: www.centroreichiano.com.br/artigos_anais_congressos.htm.

Acesso em: ____/____/____.

propiciar um desbloqueio emocional, enquanto que numa psicoterapia isto deveria ser apenas o começo de uma sessão ou um processo individual ou grupal.

“Nos Grupos de Movimento não há a elaboração verbal, interpretação, trabalho sobre a transferência, discussão da dinâmica de grupo. Ocasionalmente cabem comentários, desabafos, explicações. Compartilhar a experiência vivida é importante, e o coordenador pode organizar e comentar os relatos, mas raramente se adentra na profundidade de cada caso no conceito de um Grupo de Movimento. O verbal ocupa um papel nitidamente secundário, acessório, complementar. As resistências não são analisadas ou interpretadas, apesar de serem trabalhadas corporalmente e em nível do processo grupal. Não há compromisso terapêutico dos participantes. A saída e chegada de novos membros não é discutida e nem elaborada verbalmente.” (Gama & REGO, 1994, pág. 16).

Desta forma, o grupo de movimento é focado no corpo e as demandas do grupo são trabalhadas com o corpo e contato grupal.

Uma das técnicas mais usadas no Grupo de Movimento é o *grounding*, criado por Lowen em 1982, exercício realizado com os pés no chão, separados e o corpo ereto, joelhos levemente flexionados e abdômen relaxado (LOWEN, 1985). Exercício que origina sentimentos e sensações físicas por estabelecer contato com a realidade e o corpo.

A respiração é outra técnica utilizada, constantemente estimulada com grupo, de acordo com Reich, a respiração é muito importante para acessar o conteúdo emocional e amenizar as couraças (NOGUEIRA, 2010). A respiração é trabalhada desde o início, tanto como diagnóstico ou como uma forma de abrandamento inicial de certos bloqueios. À medida que o trabalho terapêutico prossegue e o desencouraçamento vai se efetivando a respiração vai naturalmente se tornando mais ampla e profunda, mais natural (REICHOW, 2008).

CENTRO REICHIANO

Av. Prof. Omar Sabbag, 628 – Jd. Botânico – Curitiba/PR – Brasil - CEP: 80210-000
(41) 3263-4895 - www.centroreichiano.com.br - centroreichiano@centroreichiano.com.br



COMO REFERENCIAR ESSE ARTIGO

SANTOS, Carlos; SANTOS, Carla; CÔRTEZ, Karina; ROSÁRIO, Milena; PEÇANHA; Tatiana. Grupo de movimento: consciência e percepção corporal por meio das atividades e técnicas da abordagem reichiana. In: ENCONTRO PARANAENSE, CONGRESSO BRASILEIRO, DE PSICOTERAPIAS CORPORAIS, XX, XV, 2015. **Anais**. Curitiba: Centro Reichiano, 2014. [ISBN – 978-85-87691-20-0]. Disponível em: www.centroreichiano.com.br/artigos_anais_congressos.htm.

Acesso em: ____/____/____.

Espera-se como resultado deste trabalho, ajudar cada participante a fazer maior contato com seu próprio corpo, ampliando as sensações corporais e consciência das tensões musculares e dos bloqueios existentes em seu corpo. Acredita-se que, com esta proposta de trabalhar com o movimento e a respiração num processo gradual, libera-se um fluxo mais livre de energia no corpo, contribuindo assim, para um sentimento mais intenso de estar vivo, possibilitando aos participantes, ampliarem sua capacidade de sentir prazer.

REFERÊNCIAS

LOWEN, A. **O Corpo em Terapia** 4a. ed.. Summus, São Paulo, 1977.

LOWEN, A.& LOWEN, E. Exercícios de Bioenergetica. São Paulo: Ágora, 1985.

Nogueira, Tânia Alves. Grupo de movimento: conceituação, estado da arte e aplicação na área educacional / Tânia Alves Nogueira; orientador Paulo Albertini. -- São Paulo, 2010.

GAMA, MARIA.E.R. & REGO, RICARDO M. **Cadernos Reichianos**. São Paulo, 1994.

REICH, W. - **Analysis del Character** 5a. ed.. Paidos, Buenos Aires, 1975.

REICH, W. **Ether, God and Devil/Cosmic Superimposition**. Farrar, Straus & Giroux, New York, 1973.

REICHOW, Jeverson Rogério Costa. Respiração, energia e consciência. In: ENCONTRO PARANAENSE, CONGRESSO BRASILEIRO, CONVENÇÃO BRASIL/LATINO-AMÉRICA, XIII, VIII, II, 2008. **Anais**. Curitiba: Centro Reichiano, 2008.

CENTRO REICHIANO

Av. Pref. Omar Sabbag, 628 – Jd. Botânico – Curitiba/PR – Brasil - CEP: 80210-000
(41) 3263-4895 - www.centroreichiano.com.br - centroreichiano@centroreichiano.com.br



COMO REFERENCIAR ESSE ARTIGO

SANTOS, Carlos; SANTOS, Carla; CÔRTEZ, Karina; ROSÁRIO, Milena; PEÇANHA; Tatiana. Grupo de movimento: consciência e percepção corporal por meio das atividades e técnicas da abordagem reichiana. In: ENCONTRO PARANAENSE, CONGRESSO BRASILEIRO, DE PSICOTERAPIAS CORPORAIS, XX, XV, 2015. **Anais**. Curitiba: Centro Reichiano, 2014. [ISBN – 978-85-87691-20-0]. Disponível em: www.centroreichiano.com.br/artigos_anais_congressos.htm.

Acesso em: ____/____/____.

VOLPI, José Henrique. **Um Panorama Histórico de Wilhelm Reich**. Curitiba: Centro Reichiano, 2004. Disponível em: www.centroreichiano.com.br. Acessado em: 11/05/2015.

AUTORES

Carlos Antônio dos Santos/ Vitória / ES / Brasil – Graduado em Educação Física, Psicologia, Mestre em Educação e Analista Bioenergético. (Orientador)

E-mail: carlosgmi@bol.com.br

Carla Damaris Rodrigues Santos/ Vitória / ES / Brasil – Graduanda de Psicologia.

E-mail: carladmrs@hotmail.com

Karina Mota Côrtes/ Vitória / ES / Brasil – Graduanda de Psicologia.

E-mail: motacortes@hotmail.com

Milena Nascimento do Rosário/ Vitória / ES / Brasil – Graduanda de Psicologia.

E-mail: milena.rosario25@gmail.com

Tatiana Santos Luchi Peçanha/ Vitória / ES / Brasil – Graduanda de Psicologia, Administradora, Pós-Graduada em Gestão de Pessoas.

E-mail: tatiluchi@hotmail.com

CENTRO REICHIANO

Av. Pref. Omar Sabbag, 628 – Jd. Botânico – Curitiba/PR – Brasil - CEP: 80210-000
(41) 3263-4895 - www.centroreichiano.com.br - centroreichiano@centroreichiano.com.br