



COMO REFERENCIAR ESSE ARTIGO

MOYZÉS, M. H. F.; MOTA, M. V. S. Sensibilização e conscientização corporal do professor. In: VOLPI, José Henrique; VOLPI, Sandra Mara (Org.). **Anais**. 1ª CONVENÇÃO BRASIL LATINO AMÉRICA e 9º CONGRESSO BRASILEIRO DE PSICOTERAPIAS CORPORAIS. Foz do Iguaçu/PR. Centro Reichiano, 2004. CD-ROM. [ISBN - 85- 87691-12-0]. Acesso em: ____/____/____.

SENSIBILIZAÇÃO E CONSCIENTIZAÇÃO CORPORAL DO PROFESSOR

**Márcia Helena Ferreira Moyzés
Maria Veranilda Soares Mota**

RESUMO

Atualmente a discussão sobre a formação de professores tem focado o papel da subjetividade, influenciando em seus saberes e práticas pedagógicas. Os professores não aprendem sua profissão apenas nos cursos de formação, mas, principalmente, nas relações que estabelece em todas as situações de aprendizagem. O saber profissional está na confluência de vários saberes proveniente da sociedade, das instituições escolares, e dos outros atores educacionais. A ênfase dada para a formação de professores vincula-se ao princípio de que todo projeto educacional só será reconhecido se ao professor for dado um novo papel. Ele é o principal mediador entre o conhecimento, a criança e a transformação social e política de uma nação. Ao trazer a dimensão da subjetividade para a educação, podemos ver que ainda não temos dado muita relevância à temática da corporalidade. Foi pensando nessas discussões e na importância do papel do professor na formação da criança que nasceu o desejo de trabalhar com os professores sob a ótica da corporalidade. Para o desenvolvimento desse trabalho nos referendamos nos estudos de Wilhelm Reich acerca da influência corporal em nosso modo de ser e de agir em nosso cotidiano. Investigamos a consciência corporal do professor e sua influência na prática pedagógica, acreditando que o estudo possa contribuir para melhorar a relação professor-aluno e, principalmente, a visão do professor a respeito de si próprio e de seu papel fundamental na formação das crianças. O objetivo da presente pesquisa, então, foi verificar se os trabalhos corporais podem influenciar ou não o professor em seus saberes e suas práticas pedagógicas. De acordo com esse objetivo, trabalhamos com um grupo de professoras, em encontros semanais, onde propúnhamos vivências corporais a serem realizadas pelas professoras. Nossa pesquisa demonstrou que as atividades corporais desenvolvidas com o grupo participante foram fundamentais para a mudança de olhar e de atitude das professoras frente ao dia-a-dia escolar.

Palavras-chave: Corpo. Energia. Professor.

Introdução

Partindo do pressuposto de que o corpo registra a história vivida na trajetória dos indivíduos, o objetivo desta pesquisa é analisar a influência dos trabalhos corporais na prática do professor e ao mesmo tempo questionar a necessidade de se incluir a questão da corporalidade nos programas de formação de professor.

Na gênese desta discussão está o trabalho de Wilhelm Reich, que em toda sua trajetória dedicou-se a pensar a organização da vida humana numa expectativa de compreendê-la e viabilizá-la prazerosamente. Uma de suas descobertas fundamentais foi perceber que as experiências emocionais dão origem a certos padrões musculares que



COMO REFERENCIAR ESSE ARTIGO

MOYZÉS, M. H. F.; MOTA, M. V. S. Sensibilização e conscientização corporal do professor. In: VOLPI, José Henrique; VOLPI, Sandra Mara (Org.). **Anais. 1ª CONVENÇÃO BRASIL LATINO AMÉRICA e 9º CONGRESSO BRASILEIRO DE PSICOTERAPIAS CORPORAIS.** Foz do Iguaçu/PR. Centro Reichiano, 2004. CD-ROM. [ISBN - 85- 87691-12-0]. Acesso em: ____/____/____.

bloqueiam o livre fluxo energético. Ele demonstrou em sua prática clínica e também nos livros que escreveu, a importância de observar o corpo, antes mesmo de ouvir a pessoa, já que na maioria das vezes, o corpo diz mais, e sem dissimulação, o que a mente pensa. Por termos consciência deste registro histórico que o corpo traz, objetivamos argumentar a favor de uma maior sensibilização dos sentimentos, mobilidade corporal e flexibilidade mental através do trabalho corporal com professores, pois acreditamos que o corpo possa influenciar o professor na sua prática e saberes docentes, já que toda a experiência, as emoções sentidas, as tensões, tudo enfim que o professor viveu e vive está registrado no seu corpo direcionando sua caminhada. Neste trabalho, pretendemos desenvolver uma pesquisa que inclua a corporalidade do professor e sua influência na prática pedagógica, acreditando que ela possa contribuir para melhorar a relação professor- aluno e principalmente a visão do professor a respeito de si próprio e do papel fundamental que exerce na formação das crianças sob seus cuidados.

Formação do professor: seus saberes e suas histórias de vida

Nas últimas décadas temos encontrado diversos autores discutindo a formação do professor enfocando aspectos subjetivos. Ao trazer esta dimensão para o palco da discussão, embora não seja dada a devida relevância à temática da corporalidade, podemos considerar um grande avanço na perspectiva de pensar um professor mais inteiro, ou seja, sem a dicotomia corpo e mente propagada pela concepção cartesiana.

Barth (1996, pp. 65/66) afirma que: “A emoção, a afetividade e até nossas atitudes e os nossos valores influenciam o nosso modo de apreender a realidade e o modo de nos apreendermos a nós próprios”. Assim o modo como julgamos o valor de um saber e também o modo como sentimos o próprio saber, influenciará a nossa maneira de compreender uma realidade nova. Os professores têm uma grande influência no modo como os alunos se aproximam e se apropriam do saber, e a qualidade do saber adquirido vai depender do afeto do professor ao aluno. Daí a importância dos professores estarem repensando sua prática, a maneira como lidam com seus saberes.

Ao longo de sua história de vida pessoal e escolar, o professor foi interiorizando um certo número de conhecimentos que foram construindo sua personalidade e sua maneira de ser ensinante. Segundo Tardif (2000), antes mesmo que a pessoa tenha desenvolvido o aparelho cognoscente para que possa nomear e qualificar as experiências que lhe acontecem, vivencia uma série de fatos na família e na escola que vão influenciar sua



COMO REFERENCIAR ESSE ARTIGO

MOYZÉS, M. H. F.; MOTA, M. V. S. Sensibilização e conscientização corporal do professor. In: VOLPI, José Henrique; VOLPI, Sandra Mara (Org.). **Anais**. 1ª CONVENÇÃO BRASIL LATINO AMÉRICA e 9º CONGRESSO BRASILEIRO DE PSICOTERAPIAS CORPORAIS. Foz do Iguaçu/PR. Centro Reichiano, 2004. CD-ROM. [ISBN - 85- 87691-12-0]. Acesso em: ____/____/____.

formação, na medida que são formadoras. Essa primeira socialização e a socialização escolar marcam as condutas do futuro profissional da educação, pois na maioria das vezes quando ele pensa nas qualidades que quer encarnar ou evitar como educador, a imagem de uma professora que lhe foi marcante é o que surgirá em sua mente, ou a lembrança de alguma injustiça que viveu na pré-escola, ou seja, o que vivenciou na sua formação servirá de modelo nas suas condutas futuras.

Parte do que o professor sabe sobre o ensino, sobre os papéis do professor e sobre como ensinar provém de sua própria história de vida, principalmente de sua socialização enquanto aluno. O modo como vivenciou o conhecimento, como se apropriou do saber e principalmente a maneira como foi passada essa experiência à ele, é que irá definir, constituir seu jeito de ser ensinante, de forma leve ou pesada, árdua ou prazerosa, dependendo de como foi para ele. Constatamos a importância do professor, enquanto ensinante, estar imbuído da responsabilidade e do conhecimento de seu papel como educador e formador de futuros cidadãos conscientes e críticos. Percebemos, então, que são as marcas, como registros de experiências de vida, que contribuem para diferenciar um professor do outro, já que cada um em particular traz sua própria história inscrita no seu corpo.

Sabendo que as histórias de vida das pessoas ficam registradas em seus corpos, o professor possui o saber que não se aprende nos livros nem nos bancos de uma escola registrado em seu corpo, influenciando-o na sua prática profissional.

Incluindo a corporalidade na formação do professor

Nos teóricos da educação aqui analisados, encontramos poucos estudos que considerem a importância da dimensão corporal. O corpo parece ter ficado fora da escola, como afirma Louro (2000).

Essa é, usualmente, a primeira impressão quando observamos as mais consagradas teorias educacionais ou os cursos de preparação docente. E talvez não nos surpreendamos com isso, já que nossa formação no contexto filosófico do dualismo ocidental leva-nos a operar, em princípio, com a noção de uma separação entre corpo e mente.(...) por isso, nós professoras e professores, entramos numa sala de aula como se apenas a mente estivesse presente, como se fôssemos, todas, ‘espíritos descorporificados’” (LOURO, 2000, p. 60).

Mesmo com toda as discussões e propostas que têm acontecido acerca da formação de professores, é imperioso pensar o professor como um todo, sem a dicotomia corpo e



COMO REFERENCIAR ESSE ARTIGO

MOYZÉS, M. H. F.; MOTA, M. V. S. Sensibilização e conscientização corporal do professor. In: VOLPI, José Henrique; VOLPI, Sandra Mara (Org.). **Anais. 1ª CONVENÇÃO BRASIL LATINO AMÉRICA e 9º CONGRESSO BRASILEIRO DE PSICOTERAPIAS CORPORAIS.** Foz do Iguaçu/PR. Centro Reichiano, 2004. CD-ROM. [ISBN - 85- 87691-12-0]. Acesso em: ____/____/____.

mente. Da mesma maneira que ele tem que se preparar, lendo, estudando, procurando se atualizar, o professor deve também estar atento ao seu corpo, ouvindo o que ele está dizendo, o que ele está precisando.

Considerando que as crianças estão mais sintonizadas com a linguagem corporal do que nós, já que após vários anos envolvidos com a comunicação oral e escrita familiarizamos mais com as letras ignorando as expressões corporais, (LOWEN, 1982) o professor precisa conscientizar também, dessa realidade e observar mais detidamente, não só o registro do seu corpo como o registro do corpo de seus alunos, procurando entender essa linguagem ou pelo menos estando mais sensível para perceber o início de algum bloqueio, a importância de uma respiração mais profunda, o modo como o corpo responde aos cuidados recebidos e principalmente aumentando seu contato consigo próprio e conseqüentemente, melhorando a qualidade das relações com as crianças que estão sob seus cuidados, pois como já dizia Lowen (1984, p.50) “apenas na medida em que se percebe o próprio corpo, pode-se perceber os outros, e só quando se percebe a si mesmo como uma pessoa pode-se sentir uma outra”. Assim se explica o fato de muitos professores não conseguirem olhar seus alunos, já que a maioria não consegue olhar a si mesmos (FERNÁNDEZ, 2001), tão envolvidos estão com as palavras e tão distanciados das manifestações corporais.

Quando mencionamos a palavra contato na relação do professor com seus alunos e consigo próprio, queremos dizer que há uma espécie de sintonia entre um e outro, quando o fluxo energético é intenso e permite ao organismo manter-se ligado à vida, estabelecendo relações naturais com o mundo externo, evidenciando unidade de sensação do corpo, pois o psiquismo e o somático encontram-se sintonizados (REICH, 1995), permitindo que a qualidade de se relacionar com o mundo, com o outro e consigo mesmo seja de maneira intensa, vibrante, calorosa e envolvendo sensações de muito prazer.

O modo como a pessoa está na vida, determina o grau das experiências que passa, portanto, se seu corpo é cheio de vida, isto é, energeticamente vibrante, excitado, é assim também que ela se entregará aos acontecimentos e sentimentos que lhe chegam. Por outro lado, pessoas que suprimem as emoções, diminuem a capacidade de estarem percebendo seu corpo, e sem ter consciência corporal não é possível saber-se quem é, quais seus sonhos, desejos e valores. Podemos observar que alguns professores apresentam esta característica de estar cheios de vida, ou seja, são vibrantes, é com alegria e disposição que se dispõem na sua prática, transmitindo toda essa vibração para os alunos, que sintonizados com eles, exibem também esse prazer no processo de aprendizagem do conhecimento.



COMO REFERENCIAR ESSE ARTIGO

MOYZÉS, M. H. F.; MOTA, M. V. S. Sensibilização e conscientização corporal do professor. In: VOLPI, José Henrique; VOLPI, Sandra Mara (Org.). **Anais. 1ª CONVENÇÃO BRASIL LATINO AMÉRICA e 9º CONGRESSO BRASILEIRO DE PSICOTERAPIAS CORPORAIS.** Foz do Iguaçu/PR. Centro Reichiano, 2004. CD-ROM. [ISBN - 85- 87691-12-0]. Acesso em: ____/____/____.

Tendo em vista a possibilidade de integrar, de unir, de valorizar o todo pensamos a corporalidade do professor de uma forma globalizante, ou seja, vendo-o sem dicotomias. Em termos de educação, visualizamos o professor em sua subjetividade que está tão presente na sua prática, nos seus saberes, na sua história. Não se trata, portanto, de trazer o corpo para a sala de aula já que ele está constantemente presente, o que pretendemos é que seja valorizado, integrado, incluído, reconhecido (re-conhecido, conhecer de novo), visto e sentido.

Os bloqueios energéticos no corpo dificultando a percepção dos sentimentos

Temos ao longo deste trabalho tomado por base a afirmação de Reich sobre a nossa história ficar registrada no corpo. Quem possui o domínio da leitura corporal pode ver o corpo revelando a maneira da pessoa ser estar no mundo. A expressão corporal de uma pessoa pode nos revelar muito de sua história.

A partir dos estudos acerca da energia corporal Wilhelm Reich constata um enrijecimento crônico dos músculos, bloqueador da energia do corpo, objetivando a proteção do ser humano em relação às experiências emocionais traumatizantes, funcionando assim, como um mecanismo de defesa, um escudo contra sentimentos desequilibrantes. A esse enrijecimento atribuiu o termo couraça. A maneira pela qual os seres humanos se reprimem a si mesmos é basicamente uma contração muscular, e quando essas contrações musculares se prolongam por um período considerável da vida humana, torna-se habitual e passa gradualmente para o controle do sistema nervoso autônomo, assim, a pessoa nem percebe que está contraindo os músculos em questão.

Com a couraça muscular bloqueamos as emoções causadoras de conflitos internos, seja raiva, medo, mágoa, tristeza etc., impedindo sua movimentação natural e tornando-se assim, uma emoção desequilibrada.

Em nossa tentativa de não vivenciarmos a dor das emoções desagradáveis, nos encarceramos atrás de um muro de insensibilidade, e acabamos também fechados para os sentimentos de amor, prazer e afeto. Só na ausência de defesas podemos sentir e expressar nossa afetividade (JAHARA-PRADIPTO, 1986, p. 171).

Sabemos que um processo educativo autoritário, como o que temos visto nas escolas, provoca desequilíbrios da sensação somática que por sua vez afetam a autoconfiança e a unidade do sentimento do corpo. Desde criança, as pessoas através de



COMO REFERENCIAR ESSE ARTIGO

MOYZÉS, M. H. F.; MOTA, M. V. S. Sensibilização e conscientização corporal do professor. In: VOLPI, José Henrique; VOLPI, Sandra Mara (Org.). **Anais. 1ª CONVENÇÃO BRASIL LATINO AMÉRICA e 9º CONGRESSO BRASILEIRO DE PSICOTERAPIAS CORPORAIS.** Foz do Iguaçu/PR. Centro Reichiano, 2004. CD-ROM. [ISBN - 85- 87691-12-0]. Acesso em: ____/____/____.

sua educação são levadas a enrijecer o corpo como forma de controlar seus afetos. “Esse tipo de educação não se restringe aos indivíduos; é um problema que concerne ao âmago da estrutura e da formação do caráter moderno” (Reich, 1992, p.297). Os movimentos naturais das crianças são impedidos através das inibições impostas à ela e provocam distúrbios da pulsação biológica. Ao procurar combater sensações de angústia, a criança interrompe o ritmo normal da respiração e tensiona o abdômen. “É prendendo a respiração que as crianças costumam lutar contra os estados de angústia, contínuos e torturantes, que sentem no alto do abdômen ou nos genitais e têm medo dessas sensações” (REICH, 1992, p.60).

Uma criança saudável respira mobilizando o peito e o abdômen, apresentando um movimento ondulante em todo o tronco. Uma pessoa de couraça rígida não respira da mesma forma, já que é incapaz de expirar profunda e uniformemente. Com o bloqueio respiratório anulam-se sentimentos fortes de prazer ou de angústia, o que segundo Reich (1992) é o mecanismo básico da neurose em geral. A perda dessa capacidade respiratória deixa seqüelas, contribuindo para o bloqueio da criatividade e espontaneidade.

Estudos enfocando a educação autoritária nos ajudam a compreender a prática educativa escolar e perceber que esse bloqueio respiratório é muito empregado nas escolas. O professor também sofre em seu corpo as consequências dessa educação autoritária, visto que para dar conta de toda a cobrança que lhe é dirigida necessita bloquear os sentimentos que surgem nele.

Por isso mais uma vez, defendemos a idéia de repensarmos a formação do professor como o

espaço mais apropriado para começarmos a implementação do projeto de discussão da educação autoritária, a relação professor-aluno e o trabalho com o corpo do professor, pois a nosso ver é na formação inadequada do professor que reside grande parte das dificuldades da educação (MOTA, 1999, pp. 124/126).

Comungamos com a autora quando diz ser responsabilidade da universidade assumir a formação do professor como uma de suas tarefas centrais resgatando sua autonomia e a imagem como intelectual, criando condições necessárias para o professor escrever, pesquisar e trabalhar com o intuito de desenvolver uma pedagogia mais crítica que contribua para a formação de alunos críticos, reflexivos e preocupados com a construção de um mundo mais humano.

Para que isso aconteça acreditamos numa formação que permita aos educadores compreenderem o seu papel percebendo como sua forma de agir e pensar influencia sua relação diária com seus alunos, sendo preciso, portanto, que o professor favoreça um melhor



COMO REFERENCIAR ESSE ARTIGO

MOYZÉS, M. H. F.; MOTA, M. V. S. Sensibilização e conscientização corporal do professor. In: VOLPI, José Henrique; VOLPI, Sandra Mara (Org.). **Anais**. 1ª CONVENÇÃO BRASIL LATINO AMÉRICA e 9º CONGRESSO BRASILEIRO DE PSICOTERAPIAS CORPORAIS. Foz do Iguaçu/PR. Centro Reichiano, 2004. CD-ROM. [ISBN - 85- 87691-12-0]. Acesso em: ____/____/____.

contato com seus alunos e consigo próprio.

A vivência corporal das professoras: metodologia e resultados

Na busca de compreender a influência da corporalidade do professor em sua prática, usamos uma dinâmica própria pautada na organização de um Grupo de Movimento onde as professoras de uma escola pública de Uberlândia tiveram a oportunidade de participarem de vivências corporais com o objetivo de investigar se através dessas vivências mudariam ou não seu jeito de trabalhar e olhar seus alunos.

Durante seis meses as professoras participaram de sessões semanais (uma hora e vinte minutos) de atividades corporais dentro do Grupo de Movimento. dinâmica de trabalho usada como uma forma de trabalhar o corpo utilizando recursos variados como a música, a dança, frases, relaxamento, exercícios bioenergéticos que possam contribuir para o desencorajamento do corpo, ou seja, desbloqueio de energias reprimidas nos músculos. Para a coleta de dados usamos as técnicas de entrevistas semi-estruturada, observações participantes, depoimentos e desenhos.

Antes de iniciado o trabalho no Grupo de Movimentos realizamos entrevistas com as professoras. Após o tempo de trabalhos corporais realizamos novas entrevistas com as professoras objetivando verificar se houve alguma mudança nas suas práticas pedagógicas

Todas as professoras foram unânimes ao dizer que após a experiência vivida no Grupo de Movimento, elas são outras, que não têm medo de se colocarem, de lutar e exigir seus direitos, estão, portanto, mais assertivas, mas conscientes de seus corpos.

Verificamos, não só nos depoimentos das professoras, mas principalmente em suas atitudes, que a realização dos trabalhos corporais foram gradativamente afrouxando as coraças musculares, liberando as emoções. Permitindo que o medo de inovar e a insegurança em se posicionar foram minimizadas pela eliminação de alguns bloqueios. Proporcionou ainda, um aumento do vínculo entre elas e as crianças, pois a partir de momento em que cada professora pôde reencontrar sua criança interna através de alguns movimentos corporais que fizemos, facilitou a relação com as mesmas em suas salas de aula, uma vez que as professoras estavam podendo expressar suas emoções com mais suavidade, como disseram. Segundo Pereira (1992, p. 141), o fato de “entrar em contato com nossa sensibilidade, expressá-la corporalmente, liberta- nos de padrões arraigados e castradores, tomar consciência de poder expressivo de nosso corpo, abre infinitas perspectivas para um trabalho mais criativo, crítico, humano e



COMO REFERENCIAR ESSE ARTIGO

MOYZÉS, M. H. F.; MOTA, M. V. S. Sensibilização e conscientização corporal do professor. In: VOLPI, José Henrique; VOLPI, Sandra Mara (Org.). **Anais**. 1ª CONVENÇÃO BRASIL LATINO AMÉRICA e 9º CONGRESSO BRASILEIRO DE PSICOTERAPIAS CORPORAIS. Foz do Iguaçu/PR. Centro Reichiano, 2004. CD-ROM. [ISBN - 85- 87691-12-0]. Acesso em: ____/____/____.

prazeroso”. Isto porque a linguagem não-verbal atua poderosamente nas relações interpessoais, atuando no aspecto racional, e principalmente emocional e afetivo, aumentando a sensibilidade.

Observamos que nos momentos em que as professoras trabalharam com a comunicação corporal e gestual geraram sentimentos de alegria, entrega, entusiasmo, prazer, resgatando as suas crianças internas. Elas perceberam que podem ser agentes de mudança a começar pelas suas salas de aula, na relação com seus alunos e com seus pares, como pudemos observar em seus depoimentos. As professoras estão conscientes, após terem participado das vivências corporais no Grupo de Movimento, que a interação com seus alunos não é tão difícil, que por meio simples, prazerosos e eficazes conseguem uma maior intimidade com eles. Estão percebendo também que o poder delegado a elas é grande e que uma boa relação com seus alunos é fundamental para a construção de uma nova escola e de uma nova educação (Pereira, 1992)

Vemos que a avaliação das professoras não deixa dúvidas de que trabalhar a temática da corporalidade abre novas possibilidades e de que as brincadeiras, a alegria, a descontração não diminuem a seriedade do trabalho, já que percebem as crianças muito mais interessadas, atentas e participativas.

Considerando que as couraças musculares são criadas desde a infância mais tenra, como Reich afirma, naturalmente as dificuldades corporais são muito grandes e exigem tempo para se dissolverem, porém o prazer de sentir o corpo em movimento expressivo ajuda no afrouxamento dessas couraças, como pudemos verificar no decorrer das atividades corporais experienciadas pelas professoras.

Considerações finais

Levando em conta tudo o que foi salientado até agora podemos perceber o papel crucial do corpo em todas as atividades que participa. Particularizando o que foi exposto na prática do professor, podemos afirmar a relevância do professor estar sintonizado com sua corporalidade, ou seja, desenvolver uma maior percepção do seu corpo é uma tarefa quase que urgente, já que assim, o professor terá condições de modificar algum estado de tensão, ansiedade ou mesmo mobilizar seus bloqueios energéticos.

Constatamos através desta pesquisa que ao mobilizar o corpo, mobilizamos sentimentos e tomamos consciência do corpo e da nossa história. As professoras que contribuíram com esta pesquisa, disseram estar mais conscientes de seus corpos, mais



COMO REFERENCIAR ESSE ARTIGO

MOYZÉS, M. H. F.; MOTA, M. V. S. Sensibilização e conscientização corporal do professor. In: VOLPI, José Henrique; VOLPI, Sandra Mara (Org.). **Anais. 1ª CONVENÇÃO BRASIL LATINO AMÉRICA e 9º CONGRESSO BRASILEIRO DE PSICOTERAPIAS CORPORAIS.** Foz do Iguaçu/PR. Centro Reichiano, 2004. CD-ROM. [ISBN - 85- 87691-12-0]. Acesso em: ____/____/____.

sensíveis com seus alunos no sentido de terem um novo olhar para eles. Perceberam que estão mais assertivas, discutindo e colocando suas idéias, sem medo de estarem ou não erradas. Nos momentos de estresse ou dificuldades em sala de aula utilizam o recurso da respiração mais profunda sentindo que assim se acalmam e têm tempo de pensar em outras soluções na resolução de conflitos.

Na sala de aula, são vários os recursos que o professor poderá utilizar para trabalhar seu corpo e conseguir um estado de bem estar consigo próprio e com seus alunos. Esses recursos não dependem de outras pessoas ou de objetos externos, o professor poderá, através de algumas atividades corporais como uma respiração mais profunda, por exemplo, promover um relaxamento muscular e mental que irá contribuir de uma maneira eficaz para um melhor desempenho de sua prática docente.

Para isso é preciso que o professor esteja mais atento ao seu corpo para que aprenda a “ouvir” as reclamações que faz e assim poder atendê-lo, pois “somente quando somos capazes de perceber dificuldades e limitações podemos lidar com elas, buscar recursos possíveis para liberar tensões, conhecer e trabalhar limites” (PEREIRA, 2000, p.45), não só seus, mas também de seus alunos, ajudando-os a se perceberem melhor, pois o corpo transmite inúmeras mensagens a quem sabe escutar, e o cansaço físico e mental põe o professor e seus alunos em dificuldades (GIRARD e CHALVIN, 2001). “Por desconhecer a linguagem do corpo, o professor não se dá conta do que acontece de maneira não-verbal na classe, entre as mensagens do seu corpo e as dos seus alunos. A linguagem do silêncio dará ao professor novos instrumentos para melhor compreender sua classe” (GIRARD e CHALVIN, 2001, p. 41).

Acreditamos que o professor sintonizado com seu corpo poderá despertar seu prazer de ensinar e de se relacionar com seus alunos podendo ajudá-los a ter um bom fluxo de energia, não permitindo que situações frustrantes causem tensões nos seus corpos. Para que isso aconteça é necessário que o professor trabalhe sua própria couraça, condição para desenvolver sua capacidade de contato e estar mais aberto para a vida que há nele e ao redor dele. Terá oportunidade assim, de reencontrar-se com seu corpo e tirar o mais alto grau de proveito da vida que há nele, mesmo porque como diz Albertini (1994, p. 77), “a boa educação depende do grau de saúde do educador”.

REFERÊNCIAS

ALBERTINI, P. Reich. **História das Idéias e Formulações para a Educação.** São Paulo: Agora, 1984.

BARTH, Brith-Mari. **O Saber em Construção:** para uma pedagogia da compreensão.



COMO REFERENCIAR ESSE ARTIGO

MOYZÉS, M. H. F.; MOTA, M. V. S. Sensibilização e conscientização corporal do professor. In: VOLPI, José Henrique; VOLPI, Sandra Mara (Org.). **Anais. 1ª CONVENÇÃO BRASIL LATINO AMÉRICA e 9º CONGRESSO BRASILEIRO DE PSICOTERAPIAS CORPORAIS.** Foz do Iguaçu/PR. Centro Reichiano, 2004. CD-ROM. [ISBN - 85- 87691-12-0]. Acesso em: ____/____/____.

Lisboa: Instituto Piaget, 1996.

FERNÁNDEZ, Alícia. **O Saber em Jogo.** A Psicopedagogia propiciando autorias de pensamento. Porto Alegre: Artmed Editora, 2001.

GIRARD, Véronique e CHALVIN, Marie Joseph. **Um Corpo para Compreender e Apreender.** São Paulo. Edições Loyola, 2001.

JAHARA-PRADIPTO, M. Zen Shiatsu: **Equilíbrio energético e Consciência do Corpo.** São Paulo: Summus, 1986.

LOURO, Guacira Lopes. Corpo, Escola e Identidade. In: **Educação e Realidade.** Porto Alegre:

V.25 nº 2 jul/dez. 2000.

LOWEN, A. **Bioenergética.** Trad. Maria Silvia M. Netto. São Paulo: Summus, 1982.

LOWEN, Alexander. **Alegria - A entrega ao corpo e à vida.** Trad. M^a Silvia Mourão Netto. São Paulo: Summus, 1995.

LOWEN, Alexander. **Prazer - Uma abordagem criativa da vida.** Trad. Ibanez de Carvalho Filho. São Paulo: Summus, 1984.

MOTA, M.V.S. **Princípios Reichianos Fundamentais para a Educação:** base para a formação do professor. Tese de doutorado. Faculdade de Educação. Universidade Metodista de Piracicaba. Piracicaba: 1999.

PEREIRA, Elisabete M de A.(Ords.). **Cartografias do Trabalho Docente-Professor(a)-Pesquisador(a).** Campinas: Mercado de Letras, 2001.

PEREIRA, Lúcia Helena Pena. **Decodificação Crítica e Expressão Criativa:** Seriedade e Alegria no Cotidiano da Sala de Aula. Dissertação de Mestrado. Universidade do Estado do Rio de Janeiro, 1992.

PEREIRA, Lúcia Helena P. **Corporeidade e Educação:** Bioexpansão na Sala de Aula. In: Vertentes. São João Del-Rei. FUNREI, n.16, jul/dez. 2000, p. 42/52

REICH, Wilhelm. **A Criança do Futuro:** Sobre a prevenção da patologia sexual. Trad. Marisol P. Terlizzi, CIO – Centro de Investigação Orgonômica Wilhelm Reich. 1983. (publicação livre)

REICH, Wilhelm. **A Função do Orgasmo:** Problemas Econômicos-Sexuais da Energia Biológica. São Paulo: Editora Brasiliense, 1992.

REICH, Wilhelm. **Análise do Caráter.** 2ª ed. São Paulo; Martins Fontes: 1995.



COMO REFERENCIAR ESSE ARTIGO

MOYZÉS, M. H. F.; MOTA, M. V. S. Sensibilização e conscientização corporal do professor. In: VOLPI, José Henrique; VOLPI, Sandra Mara (Org.). **Anais**. 1ª CONVENÇÃO BRASIL LATINO AMÉRICA e 9º CONGRESSO BRASILEIRO DE PSICOTERAPIAS CORPORAIS. Foz do Iguaçu/PR. Centro Reichiano, 2004. CD-ROM. [ISBN - 85- 87691-12-0]. Acesso em: ____/____/____.

TARDIF, Maurice. Saberes Profissionais dos Professores e Conhecimentos Universitários. In. **Revista Brasileira de Educação**. Nº 13, jan. /abril de 2000.

Márcia H. Ferreira Moyzés / Uberlândia / MG / Brasil
E-mail: marciamoyzes@bol.com.br

Maria Veranilda Soares Mota Uberlândia / MG / Brasil
E-mail: mvsmota@ufu.br